Cuisine et Vins DE FRANCE

Septembre - Octobre N°171

www.cuisineetvinsdefrance.com

FOIRES AUX VINS
Pépites des supermarchés
Les 42 coups de cœur de la rédaction

Les champignons
Du panier à l'assiette, nos délicieuses recettes

Nos meilleures recettes de saison

6 WOKS
testés par la redaction

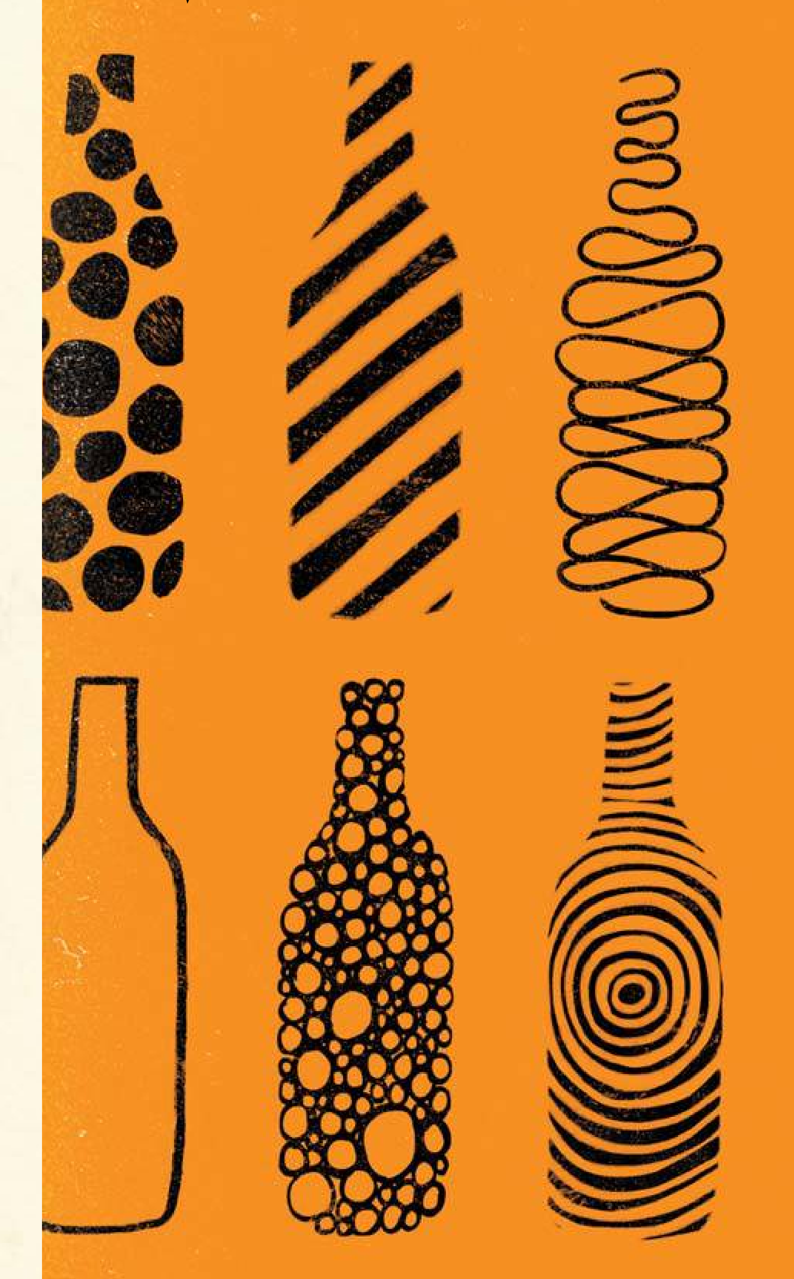
C'EST DU GÂTEAU
La recette en pas à pas du pâtissier du Plaza

Air du temps
La cuisine qui fait du bien

Une rentrée savoureuse

EN 88 RECETTES POUR PROLONGER L'ÉTÉ !

Vite fait, bon marché, veggie : 3 menus pour recevoir vos amis. Les fruits de l'été indien en 15 idées…




INDEX DES RECETTES
SEPTEMBRE - OCTOBRE 2016



Photo de couverture : Nathalie Carnet
Retrouvez notre recette de couverture p. 56

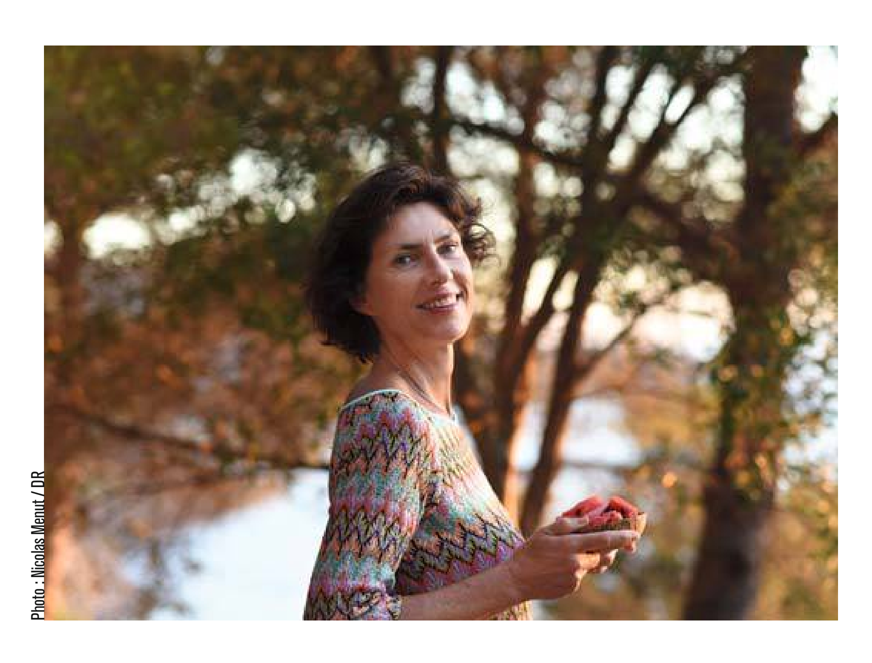


Photo : Nicolas Menut / DR

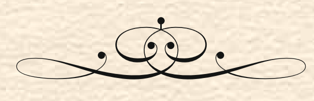
Pour la plupart d'entre nous, les vacances sont terminées. Nous voilà de retour chez nous les valises remplies de bonnes résolutions que l'on a souvent du mal à tenir, avouons-le.
Et si cette fois-ci, la seule bonne intention que nous ayons était de profiter encore de la lumière dorée de l'été indien ? Nous aimerions aussi que vous preniez le temps de vous asseoir confortablement pour feuilleter le magazine que vous tenez entre les mains.
Vous découvrirez nos nouvelles rubriques qui j'espère vous donneront envie de mitonner l'un de nos 3 menus pour recevoir vos invités dans n'importe quelle situation ; de partir à la cueillette des champignons ou de remplir votre panier de fruits encore gorgés de soleil ; d'accrocher votre tablier pour préparer un dessert de grand pâtissier en suivant le pas à pas d'Angelo Musa, l'invité de notre rubrique "C'est du gâteau" ; d'aller vous balader dans le Bordelais pour découvrir un vignoble de rêve ; d'essayer une recette d'ailleurs pour vous sentir encore un peu en vacances ; de remplir votre cave avec nos coups de cœur des foires aux vins…
Vous l'aurez compris, nous vous invitons à profiter de tout ce que nous offrent nos belles régions pour que cette rentrée commence sous le signe du plaisir.
À très vite…

Sophie Menut





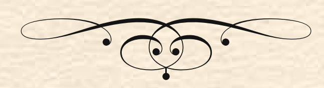
GRANAPADANO.IT



FABRIQUÉ

Avec la même passion pendant
près de 1000 ans dans le cœur
de la vallée du Pô en Italie du Nord
en utilisant uniquement du lait de la région,
et avec un affinage entre 9 à plus de 20 mois;
contrôlé et garanti par le Consortium
pour la Protection du Grana Padano,
il est devenu le fromage AOP*
plus vendu dans le monde
et l'un des produits les plus aimés

EN ITALIE.







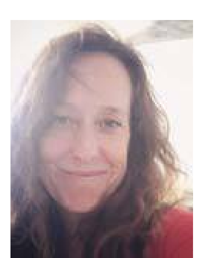
EXCELLENCE
ITALIENNE

Consorzio Tutela Grana Padano

* AOP: Appellation d'Origine Protégée

SOMMAIRE

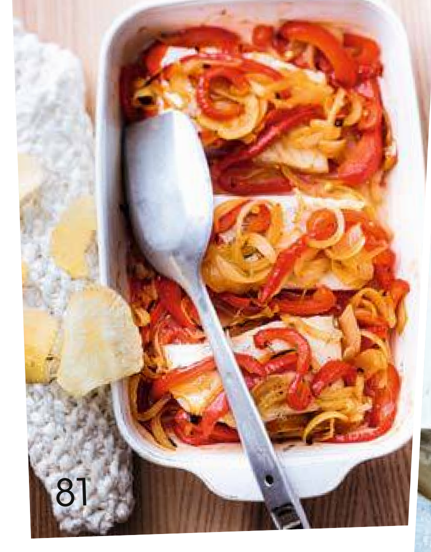
SEPTEMBRE-OCTOBRE 2016 N° 171



ELLE A CONTRIBUÉ À CE NUMÉRO

Nathalie Carnet, photographe culinaire
Après avoir été photographe de scène et de mode, elle se tourne naturellement vers le monde culinaire et la décoration. Elle aime autant le calme et la minutie du travail dans son studio parisien que la spontanéité et la réactivité qu'exige celui du reportage. Elle a réalisé notre sujet inspirations (p. 55).

SOMMAIRE
suite


81 94

LES 3 RECETTES PRÉFÉRÉES DE LA RÉDACTION



72

Dans ce numéro, un encart ***Abonnement CVF*** *de 2 pages jeté dans le magazine, diffusion kiosques France métropolitaine, hors gratuits hors divers hors abonnés (121 000 exemplaires) ; et un encart* ***Abonnement multititres Groupe Marie Claire*** *de 6 pages, diffusion vente au numéro France métropolitaine (121 000 exemplaires) et abonnés (50 000 exemplaires).*



Tous les samedis et dimanches, dans l'émission ***Je suis d'où je viens*** à 13 h sur France Bleu, Faustine Bollaert évoque avec une personnalité son attachement à sa région d'origine ou de cœur.

À 13 h 10, Nathalie Helal, la chroniqueuse cuisine de l'émission, partage un petit moment gourmand avec l'invité(e). Au menu : un produit, une spécialité ou une recette régionale, des souvenirs ou pourquoi pas une madeleine de Proust…

Pour retrouver l'émission en replay ou en podcast, ***http://bit.ly/francebleu_jsdjv***

Découvrez nos appareils aux adresses suivantes :

01 Péronnas Confort Cuisine Mobalpa • 01 Thoiry Cuisines Charles Rema • 06 Antibes Star Cuisines • 06 Beaulieu-sur-Mer UNIVERSAL DÉCORATION • 06 Cannes Boffi Studio Cannes • 06 Cannes Cuisine Project • 06 Cannes Sarl Parage • 06 Mandelieu-la-Napoule UNIVERSAL DÉCORATION • 06 Mougins MGT De Tonge • 06 Nice Albalat Cuisines SieMatic • 06 Nice Atelier de Saint-Paul • 06 Nice Loft H & C • 06 Saint-Laurent-du-Var Linea Cuisine • 06 Vallauris Atelier de Saint-Paul • 07 Aubenas Cartem Connexion • 07 Saint-Péray Cuisines Roche K • 10 Saint-André-les-Vergers FC Réalisation • 13 Aix-en-Provence Artek LCA Diffusion • 13 Aix-en-Provence Atelier de Saint-Paul • 13 Aix-en-Provence INTRAMUROS AMENAGEMENT • 13 Marseille Sarl AM2 DÔME VANADIA • 13006 Marseille INTRAMUROS AMENAGEMENT • 13 Saint-Rémy-de-Provence Cuisines Fabre • 14 Caen MAE Agencement • 17 La Rochelle Cuisine à Vivre • 17 La Rochelle Marine Agencement • 17 Royan Cuisines Bertrand Arthur Bonnet • 19 Brive-La-Gaillarde AVB Cuisines • 20 Ajaccio Décors et Cuisines • 20 L'Île-Rousse Suzzoni Cuisines • 22 Saint-Brieuc Polygone Cuisines • 22 Ploulec'h Ateliers Malégol • 25 Besançon Cuisines Rognon • 25 Saône Climent Carrelages • 26 Montélimar Cuisine Roche K • 26 Portes-lès-Valence Rangeval • 29 Brest Forme et Couleur • 29 Quimper Concept RL • 30 Les Angles Téo Cuisines • 30 Nîmes Arra Domus • 31 Toulouse bulthaup Architectura Nova • 31 Toulouse ID Intelligent Design Leicht • 31 Toulouse In'Concept • 33 Bordeaux Créations Saint-Bruno • 33 Bordeaux bulthaup sarl Miam Miam • 33 Bordeaux Tourny Cuisines • 33 La Teste-de-Buch Un art Une griffe • 34 Béziers C2M AMENAGEMENT • 34 Lattes C2M AGENCEMENT • 34 Montpellier Atelier de Saint-Paul • 35 Melesse Idées O Logis Cuisines • 35 Rennes Arthur Bonnet • 35 Rennes Ateliers Malégol • 35 Rennes Axiome • 35 Rennes Espace et Fonction bulthaup • 35 Rennes ID KREA • 35 Rennes Guine • 35 Saint-Malo Hamon Agencement • 37 Saint-Cyr-sur-Loire Filloux • 38 Grenoble Emme bulthaup • 38 Le Pont-de-Beauvoisin Machet Créations • 38 Vienne CBG Cuisine en Scène • 39 Dole 3 D Concept • 41 Saint-Gervais-la-Forêt Meubles Darnault • 42 Andrézieux-Bouthéon Sarl B&B Cuisines SCHMIDT • 44 Nantes Espace Ablain • 44 Orvault Sani Déco • 44 Pornic Normal Koncept • 49 Angers Samo • 49 Angers SieMatic • 49 Saint-Barthélemy-d'Anjou CONCEPT INSIDE • 50 Avranches MAE Agencement • 51 Reims Cuisines Bruschi • 51 Courcy Garnotel • 53 Laval Lignes d'intérieur • 54 Nancy LG Cuisine • 55 Verdun Cuisines Courtois • 56 Auray Volumes et Couleurs SieMatic • 56 Lorient Civel • 56 Ploeren Vannes Cuisines • 57 Augny La Maison Moderne bulthaup • 57 Jouy-aux-Arches Inextyle Concept • 57 Metz CC Metzanine Premier Plan • 57 Remilly Ets Grandidier • 57 Stiring-Wendel Scherer Cuisines • 59 Lille La Tulipe bulthaup • 59 Marcq-en-Barœul A2 Interior Designers • 62 Arras HED Intérieurs • 62 Cucq Minimalist • 63 Clermont-Ferrand Jaude Ménager • 64 Anglet Darroman Design • 64 Anglet A/T/C • 64 Bidart Designa bulthaup • 64 Pau Cuisines Tendances • 66 Perpignan Garcia Création • 66 Perpignan Tristano bulthaup • 67 Scherwiller MM Cuisines • 67 Strasbourg Cuisines Mentele Plexi Perle • 67 Strasbourg Sermès Cuisine • 67 Siewiller Cuisines Teutsch • 68 Colmar Colmar Cuisine Création • 68 Illzach-Mulhouse Cuisines Mentele Plexi Perle • 68 Mulhouse Home Equipement • 68 Wentzwiller Cuisines Wanner • 68 Wettolsheim Interior Diffusion • 69 Limonest CUISINES HACKER Sarl EXPO 5 • 69 Lyon Alno via Marutti • 69 Lyon Astral • 69 Lyon Boffi Lyon SAS • 69 Lyon Cuisines Bernollin Sarl • 69 Lyon KVA bulthaup Lyon • 69 Lyon Brotteaux Cuisine • 69 Anse Cuisines Bernollin Sarl • 71 Mâcon Cub Design • 73 Chambéry Addict bulthaup Chambéry • 73 Drumettaz Styl'Cuisine • 73 Saint-Jean-de-Maurienne UNIVERS CUISINES et BAINS • 74 Annecy Studio Concept • 74 Annecy Cuisines Vercauteren • 74 Annemasse Cuisines et Proportions • 74 Annemasse Ets Marcille • 74 Magland Sarl Les Montagnardes • 74 Megève Perrin Gilbert & Fils • 74 Sallanches Sallanches Meubles • 74 Taninges Ebénisterie David Jaupart • 74 Viuz-en-Sallaz Sarl Cuisines Cheneval • 75005 Paris Atelier de Saint-Paul • 75007 Paris bulthaup Design Saint Germain • 75007 Paris Pérène HDG Paris • 75007 Paris Boffi Studio Paris • 75007 Paris SK Cuisine Schiffini • 75007 Paris UNIVERSAL DÉCORATION • 75007 Paris DI MI Interior Design • 75007 Paris Joniel • 75007 Paris Notre Dame Décoration • 75007 Paris P et S Silvera • 75008 Paris Hausmann Cuisine • 75012 Paris Bastille Création • 75012 Paris Notre Dame Décoration • 75016 Paris bulthaup Espace Trocadéro • 75016 Paris Cuisines Et Bains Trocadéro • 75016 Paris Charmita • 75016 Paris Cuisines 16 • 75016 Paris Notre Dame Décoration • 75017 Paris Cuisines 17 • 75017 Paris Comète Cuisines • 75017 Paris SEC Silvera • 76 Rouen Cuisines Oïkos • 76 Francqueville-Saint-Pierre Cuisines Hubert • 78 Saint-Germain-en-Laye Théorème • 78 Versailles Notre Dame Décoration • 79 Chauray ID Cuisine Interconfort Schmidt • 83 Cavalaire-sur-Mer Ets Navarro • 83 Gassin/Saint-Tropez Atelier de Saint-Paul • 83 Gassin/Saint-Tropez La Maison de Suzelle/BOFFI • 83 Saint-Tropez Ideal Kitchen • 83 La Croix-Valmer Chen'Bois • 83 La Garde La Maison de Suzelle/LEICHT • 83 Ollioules CSC La Suite • 83 Saint-Tropez UNIVERSAL DÉCORATION • 83 Toulon Inter Faces • 84 Avignon Atelier de Saint-Paul • 84 Avignon INTRAMUROS AMENAGEMENT • 84 Loriol du Comtat CUISINES PEZ Jean-Claude • 84 Robion Fabre Cuisines • 84 Saint-Saturnin-lès-Avignon Lubéron Création • 85 La Roche-sur-Yon Cuisines Gilbert Sarl • 86 Chasseneuil-du-Poitou Maison Carcaillon • 86 Lencloître Maison Carcaillon • 87 Limoges Cariguel • 88 Anould Cuisines 3 G • 91 Gometz-la-Ville MBC Décoration • 92 Boulogne-Billancourt Oniris • 92 Neuilly-sur-Seine Charles Bigant • 93 Les Pavillons-sous-Bois Ambiance N3 Placards • 94 Le Perreux-sur-Marne Harmonique • 94 Sucy-en-Brie Total Consortium Clayton • 95 Pontoise MSP

Sélection par Sophie Menut et Karine Valentin avec Carine Darmon



Rares

Blancs, noirs ou rouges, ces poivres de Kampot récoltés à la main au Cambodge parfument vos plats et twistent vos salades de fruits. *Bokor, de 8,50 € (55 g) à 14 € (100 g en vrac).*

INSPIRÉS

Anne-Sophie Pic et Maki Maruyama de la Maison de thé japonaise Jugetsudo ont élaboré cette collection de thés classiques mêlés de vanille, fève tonka et café... pour des saveurs insolites. *Anne-Sophie Pic, 14,90 € les 50 g, 5 variétés.*



Mélanges chics

8 tisanes issues de mariages étonnants dans des boîtes personnalisables pour décoiffer l'idée que l'on se fait des infusions et répondre à tous les besoins de la journée. *Infuz. 5,80 € la boîte de 100 g.*



23 %
des consommateurs de bio achètent en direct à la ferme



ÇA NOUS PLAÎT !



RÉCOLTE EN KIT

Avec ces drôles de petits kits, les pleurotes poussent dans votre cuisine et passent directement à la casserole (2 récoltes de 300 g). *Pleurotes gris 19,90 €, jaunes et roses 29,90 €.*

80 %
du poisson consommé en France n'est pas français

À la sauce orientale

4 sauces dans d'astucieuses poches à avoir sous la main pour donner un petit goût d'Asie à vos plats. *Sauces Blue Dragon 1,99 € le sachet, chez Carrefour, Casino et Monoprix.*

Photos DR.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



Saveurs bretonnes

Réalisés par la maison Le Roux sélectionnée par le Club des croqueurs de chocolat, 6 bonbons au chocolat où l'on retrouve le goût du blé noir, de la crêpe dentelle, du caramel... *Le Roux, 7,20 € le coffret.*



DIGESTES

Des pâtes sans gluten fabriquées à la main dans les Pouilles dans la meilleure tradition italienne. *Fettucine sans gluten, Fernando Pensato, 6,90 €. les 250 g.*

Sérums alimentaires

Quelques gouttes de ces huiles essentielles suffisent pour booster tous vos plats. Il ne vous reste qu'à choisir parmi les saveurs épices, basilic ou agrumes 100 % naturelles de chaque flacon. *Oleya, 28 € les 30 ml.*





À PIQUER AUX ENFANTS

Ces tablettes sont aussi ludiques que délicieuses. Aux noisettes, aux petits-beurre, aux confettis, elles donnent envie de les croquer… sans en parler aux enfants. *Réauté chocolat, de 3,50 € à 4,90 € la tablette de 85 g.*

40%

des femmes placent la blanquette en tête de leurs recettes préférées

Automnal

Le Relais Bernard Loiseau associe cèpes et thé fumé dans cette moutarde mise au point par la moutarderie Fallot. Idéale pour gibier, pintade et poisson fumé. *Bernard Fallot, 2,65 € les 120 g.*



Photos DR.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



À croquer

Au chocolat, au miel, au coquelicot, à la farine d'épeautre… Des biscuits fabriqués par Louis et Guillaume dans leur ferme familiale des Yvelines avec les meilleurs ingrédients locaux. Attention à l'addiction ! *Les Deux Gourmands, 2,99 € le sachet de 132 g.*

En direct d'Italie

Sur des toasts, dans un plat de pâtes, un risotto ou la sauce de votre poulet, cette crème de cèpes artisanale sera une alliée de choc. *Davoli, 14,40 € les 125 g.*



Photo : Corentin Mossiere / DR.

56 %

des Français se considèrent bons cuisiniers



DÈS LE 31 AOÛT…

…découvrez notre nouveau hors-série Vins. Au programme : une invitation à la rencontre de 12 talentueux vignerons à travers la France, et une sélection de nos coups de cœur vignoble par vignoble. Pour vous guider dans l'actualité du vin, vous trouverez aussi une sélection de jolies bouteilles à tous les prix, à saisir dans les Foires aux vins de la rentrée sur Internet et dans les grandes enseignes.



Végétal

En bambou, écologique, résistant à l'humidité et aux chocs, ce mortier trouvera sa place dans toutes les cuisines. À vous sauces, pesto, marinades et mélanges d'épices maison. *Mortier et pilon, Déglon, 37 €.*

La crème de la crème

Testée et approuvée par Virginie Basselot, chef étoilée du *Saint James*, à Paris, cette crème au goût authentique sublimera vos sauces, salades de fruits, tartes aux pommes. *Secret de crème de Président, 2,95 € les 3 briques de 20 cl. En grandes surfaces.*



VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL


Pure
expression
de la nature



Sudistes

Marinés dans l'huile d'olive et le gros sel, ces citrons récoltés sur la Côte d'Azur sont parfaits pour ensoleiller volailles, poissons et tajines. *Nicolas Alziari, 7,40 € les 240 g*



1/3

d'emballage, c'est ce que représente le contenu de nos poubelles

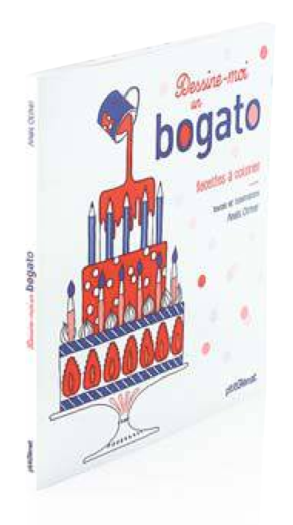
PROLONGEZ L'ÉTÉ

Jouez au chef avec ce déshydrateur qui séchera vos fruits et légumes, réalisera chips, crackers, épices et herbes séchées en préservant le maximum de vitamines. *Riviera & Bar, 10 plateaux, 219,99 €.*

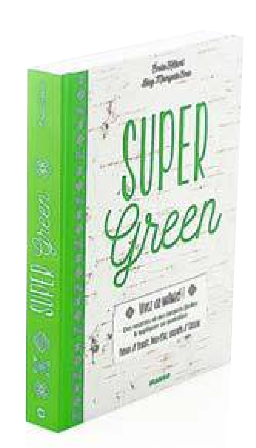
Souvenirs de vacances

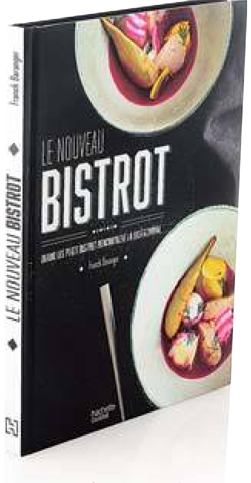
Des gobelets froissés fabriqués au Pays basque pour boire son café en rêvant de l'Atlantique. *Assiettes et compagnie, 12 € la tasse.*













Photos livres : Thierry Legay

LECTURES GOURMANDES

Cuisine et coloriage font bon ménage. Cupcake, fraisier, gâteau au chocolat à mettre en couleur avant de les enfourner pour se régaler. Pas de doute, la pâtisserie c'est ludique ! ***Dessine-moi un bogato, Recettes à colorier,*** d'Anaïs Olmer, éditions P'tit Glénat, 15 € (80 p.).

Mieux s'alimenter, une bonne résolution de la rentrée. Pour rééquilibrer son assiette, Carinne Teyssandier animatrice sur Télématin partage sa méthode à travers 60 recettes faciles à vivre. ***Mes recettes du bonheur,*** de Carinne Teyssandier, éditions de La Martinière, 16,90 € (160 p.).

La maison se met au vert. De la déco à la cuisine, un flot d'astuces futées pour consommer et manger mieux. Crème de beauté, produit vaisselle, teintures végétales, pancakes et cookies maison : on pense à notre planète. ***Super green,*** d'Émilie Hébert, éd. Mango, 29,90 € (208 p.).

Ce soir, on dîne au bistrot, mais pas n'importe lequel. Direction *Le Caillebotte* de Franck Baranger. Ménagère et gastronomique, moderne et classique tout à la fois, voilà une cuisine qui décoiffe avec élégance. Bravo l'artiste ! ***Le nouveau bistrot. Quand les plats bistrots rencontrent la gastronomie,*** de Franck Baranger, éditions Hachette Cuisine, 19,95 € (120 p.).

Vegan ou pas, voilà votre bible pour tout savoir sur le monde végétal. 100 recettes de base en pas à pas avec toutes les techniques pour réussir vos préparations : du tofu aux graines germées, des makis aux falafels, et un point sur les variétés de salades, de poires, sur les céréales… Vous allez devenir les plus incollables des gourmands tout en vous régalant. ***Encyclopédie de la cuisine végétarienne,*** d'Estérelle Payany, édition Flammarion, 35 € (416 p.).

Photos DR.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

Dans ce numéro, tous les prix sont donnés à titre indicatif.

BUCATINI AUX SARDINES

Ce grand classique sicilien est le parfait exemple de ce que représente la cuisine italienne : simplicité, goût et bons produits.

Photo : Guillaume Czerw - réalisation et stylisme : Sophie Dupuis-Gaulier, assistée de Ayumi Ilda - recette : Sophie Menut

L'accord de l'île

Nero d'Avola Motyum 2014

IGP Terre Siciliane - 5,90 €

Un vin rouge sur du poisson… Seraient-ils tombés sur la tête chez CVF ? Pas du tout ! Pour jouer le jeu de la rubrique aux saveurs d'ailleurs, nous sommes passés outre la couleur pour vanter ce petit vin déniché parmi la multitude de flacons des foires aux vins de la rentrée. Ce rouge porte le nom de son raisin italien originaire de Sicile. Mais ce qui joue le lien avec la recette, c'est surtout la fraîcheur et la tension fruitée de ce vin de plaisir à découvrir. *Repaire de Bacchus, foire aux vins du 30/08 au 29/09.*

FACILE ET BON MARCHÉ

Préparation : 30 min - Cuisson : 30 min

POUR 4 PERSONNES

● 500 g de bucatini (ou, à défaut, gros spaghettis) ● 12 filets de sardines sans arêtes (fraîches ou surgelées) ● 5 filets d'anchois au sel ● 1 bulbe de fenouil ● 50 g de raisins secs noirs ● 1 oignon ● 2 gousses d'ail ● 30 g d'amandes effilées ● 30 g de pignons de pin ● 3 tranches de pain rassis ● 1 pincée de filaments de safran ● 3 cuil. à soupe d'huile d'olive ● 25 g de beurre ● sel ● poivre

1 Faites gonfler les raisins dans un bol d'eau chaude. Rincez les filets de sardines et d'anchois et épongez-les. Pelez l'oignon et l'ail, hachez-les finement. Lavez le fenouil et coupez-le en dés.

2 Torréfiez les pignons et les amandes dans une poêle à sec. Hachez le pain au mixeur et faites-le dorer 5 min dans une poêle avec le beurre.

3 Dans une sauteuse, faites chauffer l'huile et laissez blondir à feu doux l'oignon et l'ail. **Au bout de 5 min,** ajoutez le fenouil et poursuivez la cuisson 5 min. Ajoutez les anchois, écrasez-les à la fourchette et continuez la cuisson 3 min.

4 Diluez le safran dans 5 cl d'eau chaude. Versez-le dans la sauteuse avec les sardines et les raisins égouttés. Faites cuire encore 15 min. Salez, poivrez, mélangez et maintenez au chaud.

5 Faites cuire les pâtes dans un faitout d'eau bouillante salée le temps indiqué sur le paquet (environ 10 min). Égouttez-les et mélangez-les aussitôt à la sauce aux sardines. Parsemez de pain, d'amandes et de pignons, et servez aussitôt.

Bol Margot Lhomme

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

Photo : CVF / Laurent Rouvrais

4 ÉTOILÉS à prix doux

S'offrir une table gastronomique sans se fâcher avec son banquier, c'est possible. Petite sélection d'étoilés.

Texte : Sophie Menut

LE RELAIS DES MOINES❄
Arcs-Sur-Argens (dans le Var)



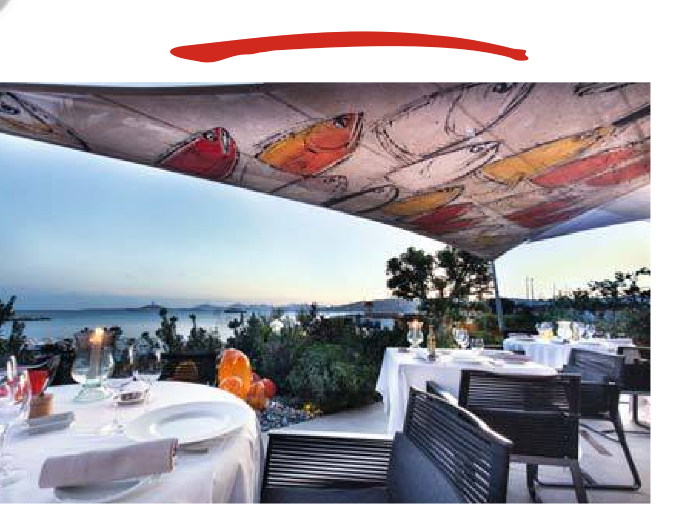
Sébastien Sanjou propose trois menus, condensé pertinent des spécialités régionales revisitées. Côté décor, une salle voûtée de la bastide ou bien la terrasse ombragée. À l'honneur, les produits de la région bien sûr, présentés avec une apparente simplicité, mais surtout réinterprétés avec modernité comme l'aïoli dans sa version épurée et légère. *Menus à 85 € et 125 €.*

LE PETIT BELROSE À LA VILLA BELROSE❄ Gassin (dans le Var)

Autour de 25 €

Sur les hauteurs du golfe de Saint-Tropez, voici l'astuce pour goûter la délicate cuisine de Pietro Volontè sans passer par le restaurant traditionnel et profiter du cadre super-luxe de l'établissement, posé entre ciel et mer. Au *Petit Belrose*, l'Italie et la France se rapprochent dans un match plus qu'amical. Antipasti, poisson, légumes grillés et bien sûr, pâtes et risotto exécutés d'une main de maître. *À partir de 20 €.*





LES PÊCHEURS❄
Cap-d'Antibes (sur la Côte d'Azur)

Le dynamique Nicolas Rondelli vient d'arriver au *Cap d'Antibes Beach Hôtel* et reçoit ses visiteurs à dîner les pieds dans l'eau. Il mêle le meilleur de la Méditerranée à des saveurs asiatiques dans une cuisine décomplexée et épurée, à l'image du lieu. Les produits à la carte ne viennent jamais de très loin et le matin, c'est Tony qui lui livre en direct sa pêche locale. Le poulpe devient l'élément majeur d'une sublime bouillabaisse froide, tandis que les langoustines se marient à une crème de brocoli. *Menu à 85 €.*

Autour de 90 €

L'AUBERGE DES TEMPLIERS❄ Boismorand (dans le Val de Loire)

Depuis 70 ans, la famille Dépée attire les gourmets aux portes de la Loire. Le chef Yoshihiko Miura distille ses influences nippones : le poivre de Sichuan réveille le marbré de foie gras, la feuille de cerisier enveloppe le loup, le ris de veau est cuisiné façon teriyaki. L'inspiration est encore plus japonaise et à tout petit prix près de la piscine jusqu'à mi-octobre. *Menu à 90 € ou à 25 € au bord de la piscine.*



EMMANUEL RENAUT, des *Flocons de Sel* à Megève, propose des menus à -30 % aux moins de 35 ans et un déjeuner à 105 €.

MICHEL TROISGROS ET SON FILS CÉSAR, à Roanne, lancent un menu intitulé «Pour une première» à 135 € boissons incluses.

LE CHEF YANNICK ALLÉNO, au *Pavillon Ledoyen*, en plein cœur de Paris, séduit une clientèle pressée avec son «Principal», un repas comprenant un plat, café et mignardises à 72 €.

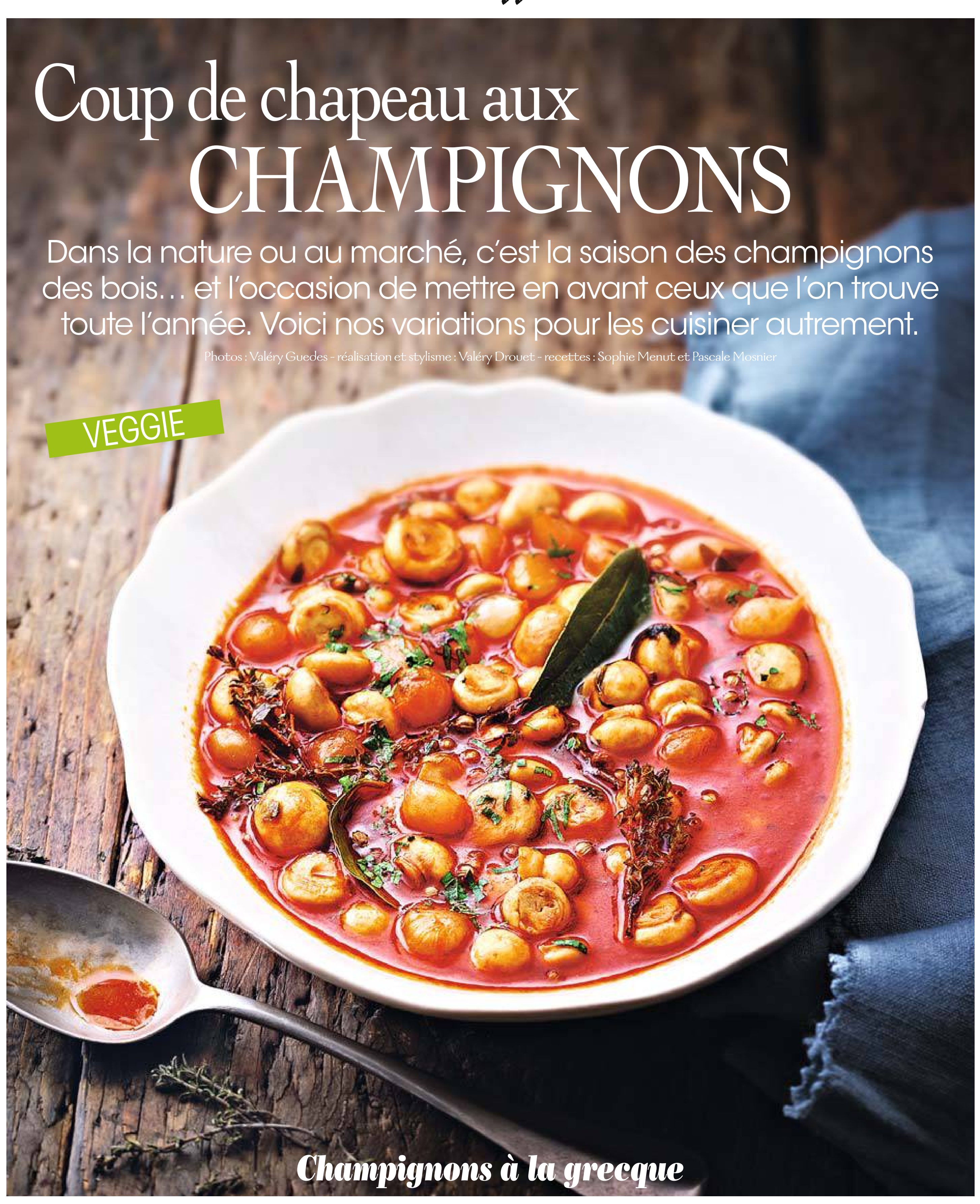
GAËTAN GENTIL, chef depuis plus d'un an du *PRaiRiaL* à Lyon, offre un menu déjeuner dans son restaurant étoilé au prix imbattable de 29 €.

ANNE-SOPHIE PIC à Valence, dans son nouveau restaurant *André*, ouvert au printemps, nous raconte des histoires de famille. Avec «Le Menu de Famille» à 32 €, elle permet aux gourmets de goûter les recettes inventées par son père et son grand-père.

Photos : DR

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL


Révélez vos talents et surprenez petits et grands !
Fours multifonctions, fours vapeur, fours combinés, micro-ondes, tables de cuisson, tiroirs chauffants… plus que de simples appareils de cuisson, les produits Miele seront de véritables alliés au quotidien comme pour les plus grandes occasions. Quels que soient vos goûts, vos envies culinaires, laissez parler votre créativité ou laissez-vous guider.
Pour suivre l'actualité de Miele, abonnez-vous à la newsletter : www.miele.fr
Retrouvez la page culinaire de Miele France sur Facebook
Suivez-nous sur Facebook
Miele
IMMER BESSER*
* Toujours mieux



Coup de chapeau aux CHAMPIGNONS

Dans la nature ou au marché, c'est la saison des champignons des bois… et l'occasion de mettre en avant ceux que l'on trouve toute l'année. Voici nos variations pour les cuisiner autrement.

Photos : Valéry Guedes - réalisation et stylisme : Valéry Drouet - recettes : Sophie Menut et Pascale Mosnier

VEGGIE

Champignons à la grecque



Cappuccino aux cèpes

VOIR NOS RECETTES EN FIN D'ARTICLE


Champignons farcis au fromage et au lard



Tarte croquante aux cèpes et à l'aubergine

VOIR NOS RECETTES EN FIN D'ARTICLE


VEGGIE
Royale de champignons des bois



Risotto de quinoa aux shiitakés

VOIR NOS RECETTES EN FIN D'ARTICLE



Champignons à la grecque



FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 30 min
Cuisson : 15 min
Réfrigération : 12 h

POUR 4 PERSONNES
● 500 g de petits champignons de Paris (de même taille) ● 15 petits oignons grelots frais ou surgelés ● 30 cl de vin blanc sec ● le jus de 1 citron ● 2 cuil. à soupe de concentré de tomates ● 2 brins de thym ● 2 brins de persil plat ● 2 feuilles de laurier ● 1 cuil. à soupe de graines de coriandre ● 4 cuil. à soupe d'huile d'olive ● sel ● poivre

1 Pelez les oignons grelots s'ils sont frais. Rincez les champignons, ôtez les pieds. Faites chauffer 2 cuillerées d'huile dans une sauteuse et faites blondir les oignons 5 min. Égouttez à l'écumoire et, à leur place, faites revenir les champignons 5 min avec l'huile restante. Réservez.
2 Effeuillez et ciselez le persil. Dans une cocotte, versez le vin blanc, le jus de citron et le concentré de tomates. Mélangez bien et ajoutez le persil, le thym, le laurier et les graines de coriandre. Salez, poivrez et portez à ébullition. Ajoutez alors les champignons et les oignons et laissez cuire à petit feu 5 min.
3 Versez le contenu de la cocotte dans un plat creux. Laissez refroidir, puis couvrez de film étirable. Mettez au frais au moins 12 h avant de servir.
NOTRE BON ACCORD : un tavel (rosé de la Vallée du Rhône).



Cappuccino aux cèpes

ASSEZ FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 30 min
Cuisson : 25 min

POUR 4 PERSONNES
● 350 g de cèpes frais ● 50 g de cèpes secs ● 4 tranches très fines de coppa (charcuterie corse) ● 1 dizaine de cerneaux de noix ● 2 échalotes ● 40 cl de bouillon de volaille ● 10 cl de crème liquide ● 2 brins de persil plat ● 25 g de beurre ● sel ● poivre du moulin

1 Préchauffez le four à 180°. Posez les tranches de coppa en les espaçant sur une plaque à four tapissée de papier sulfurisé et laissez-les sécher au four 10 min en surveillant. **Torréfiez** les noix dans une poêle à sec. Concassez-les.
2 Faites tremper les cèpes secs dans 50 cl d'eau chaude 5 min. Rincez les cèpes frais, épongez-les et éliminez la base du pied. Émincez-les.
3 Pelez les échalotes, hachez-les et mettez-les à fondre dans une casserole avec le beurre 3 min. Ajoutez les cèpes frais et les cèpes égouttés (gardez l'eau). Mouillez avec le bouillon de volaille et ajoutez un peu d'eau de trempage des cèpes pour arriver à hauteur. Ajoutez le persil, sel, poivre, et faites cuire 10 min. Versez la crème et prolongez la cuisson 2 min.
4 Mixez (au mixeur-plongeant) pour obtenir un velouté. Versez-le dans des bols. Décorez avec les chips de coppa et les noix.
NOTRE BON ACCORD : un chinon rouge (Touraine).



Champignons farcis au lard

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 30 min
Cuisson : 25 min

POUR 6 PERSONNES
● 12 gros champignons de Paris ● 4 tranches de lard ● 75 g de gorgonzola ● 30 g de parmesan fraîchement râpé ● 1 tranche de pain rassis ● 1 gousse d'ail ● 1 échalote ● le jus de 1 citron ● 2 brins de persil plat ● 30 g de beurre ● sel ● poivre

1 Rincez et nettoyez les champignons. Citronnez-les afin qu'ils ne noircissent pas. Coupez les pieds et hachez-les finement. Creusez légèrement l'intérieur de chaque tête. **Hachez le lard.** Effeuillez et ciselez le persil. Pelez l'échalote et l'ail, hachez-les finement.
2 Faites chauffer le beurre dans une sauteuse et mettez-y à blondir l'ail et l'échalote. Au bout de 3 min, ajoutez le hachis de champignons et le lard. Poursuivez la cuisson 5 min. Salez et poivrez.
3 Préchauffez le four à 180°. Hachez le pain grossièrement. **Quand le contenu** de la sauteuse a refroidi, ajoutez le gorgonzola en morceaux.
4 Posez les têtes de champignon à l'envers dans un plat à four. Remplissez chaque cavité avec un peu de farce. Répartissez dessus le pain, le parmesan et le persil. Enfournez pour 15 min. Servez bien chaud, dès la sortie du four.
NOTRE BON ACCORD : un moulin-à-vent (rouge du Beaujolais).



Tarte aux cèpes

FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 30 min
Cuisson : 20 min

POUR 4 À 6 PERSONNES
● 500 g de cèpes ● 2 petites aubergines ● 8 feuilles de filo ● 1 échalote ● 4 brins de persil plat ● 75 g de parmesan ● 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ● 75 g de beurre ● sel ● poivre

1 Lavez les aubergines et coupez-les en cubes. Faites-les attendrir dans une poêle avec l'huile 15 min.
2 Préchauffez le four à 180°. Faites fondre 50 g de beurre. Posez un moule à tarte sur les feuilles de filo et découpez un cercle un peu plus grand que le moule. Posez une feuille dans le moule, enduisez-la de beurre, râpez du parmesan dessus. Posez une autre feuille et procédez de même jusqu'à la 8e feuille. Couvrez d'un moule plus petit et enfournez pour 20 min.
3 Pendant ce temps, rincez les cèpes et éliminez le pied. Émincez-les. Ciselez le persil. **Pelez et hachez** l'échalote. Dans une sauteuse, faites-la blondir dans le reste de beurre. Ajoutez les cèpes et faites cuire 10 min. Ajoutez l'aubergine, la moitié du persil, sel, poivre et laissez cuire 2 min.
4 Sortez la tarte du four. Ôtez le petit moule et garnissez-la du mélange aux cèpes. Taillez le parmesan restant en copeaux, répartissez-les sur la tarte avec le reste de persil.
NOTRE BON ACCORD : un saint-véran (blanc de Bourgogne).



Royale de champignons

ASSEZ FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 30 min
Cuisson : 50 min

POUR 4 PERSONNES
● **600 g de champignons des bois** ● **4 œufs** ● **4 œufs de caille** ● **2 échalotes** ● **20 cl de crème liquide** ● **25 cl de bouillon de légumes** ● **2 brins de cerfeuil** ● **10 g de beurre** ● **sel** ● **poivre**

1 Rincez et nettoyez les champignons. Épongez et émincez-les.
2 Dans un faitout, faites chauffer le bouillon de légumes avec la crème liquide jusqu'à ce que l'ensemble soit bien chaud. Ajoutez alors les champignons. Salez, poivrez et laissez cuire 15 min. Laissez refroidir.
3 Préchauffez le four à 100°. Mixez au mixeur-plongeant le contenu du faitout puis passez-le à la passoire fine au-dessus d'une jatte. Ajoutez les œufs de poule un à un en mélangeant bien entre chacun.
4 Répartissez la préparation dans des ramequins ou des bols, placez-les dans un plat à four à demi rempli d'eau et enfournez pour 30 min de cuisson au bain-marie.
5 5 min avant la fin de cuisson, faites fondre le beurre dans une poêle et mettez-y les œufs de caille à cuire au plat.
6 Servez les royales à température ambiante, surmontées d'un œuf de caille et décoré de pluches de cerfeuil.
NOTRE BON ACCORD : un châteauneuf-du-pape blanc (Vallée du Rhône).



Risotto quinoa et shiitakés

FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 30 min
Cuisson : 25 min

POUR 4 PERSONNES
● **400 g de champignons des bois** ● **6 shiitakés** ● **500 g de quinoa** ● **75 g de pecorino fraîchement râpé (fromage italien de brebis)** ● **15 cl de vin blanc sec** ● **1 litre de bouillon de légumes** ● **2 brins de cerfeuil** ● **2 échalotes** ● **2 cuil. à soupe de crème épaisse** ● **40 g de beurre** ● **2 cuil. à soupe d'huile de sésame** ● **sel** ● **poivre**

1 Rincez le quinoa. Pelez et hachez les échalotes. Passez sous l'eau tous les champignons et nettoyez-les. Coupez-les en 2 ou en 4 selon leur taille.
2 Faites fondre la moitié du beurre dans une sauteuse et faites revenir les champignons des bois 5 à 6 min à feu vif. **Ôtez-les** et, à leur place, mettez les échalotes à blondir dans le reste de beurre 3 min. **Ajoutez le quinoa,** versez le vin et laissez-le s'évaporer, puis versez peu à peu du bouillon de légumes chaud sans cesser de remuer. Laissez cuire 20 min environ, pour que le quinoa soit tendre.
3 Remettez les champignons des bois dans la sauteuse avec la crème, le pecorino râpé, sel et poivre. Mélangez et couvrez.
4 Versez l'huile dans une poêle et faites sauter 3 min à feu vif les shiitakés. Disposez-les sur le quinoa, décorez de pluches de cerfeuil et servez.
NOTRE BON ACCORD : un bandol rosé (Provence).

... et 4 idées recettes

Pizza blanche aux champignons de Paris

Pour 4 personnes. Faites sauter **250 g de champignons de Paris** nettoyés et émincés 5 min à la poêle à feu vif avec **1 gousse d'ail** hachée et **1 cuil. à soupe d'huile d'olive.** Déroulez **1 pâte à pizza** sur une plaque à four. Couvrez-la de **1 boule de mozzarella** en rondelles, parsemez de **thym** et de **30 g de parmesan** fraîchement râpé, **poivrez** et répartissez les champignons. Mettez au four préchauffé à 200° pour 20 min. Au sortir du four, décorez de **câpres** et de **roquette.**

Crostinis forestiers

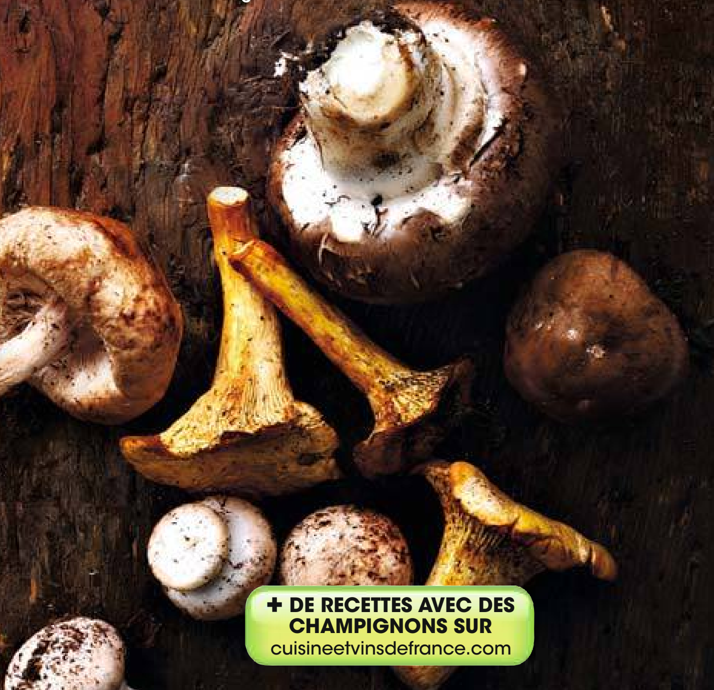
Pour 4 personnes. Toastez **4 tranches de pain de campagne.** Tartinez-les de **pesto** (maison ou en pot), couvrez de fines rondelles de **10 tomates cerises,** de **30 g de parmesan** en copeaux et de **3 gros champignons de Paris** nettoyés et émincés. **Poivrez** et servez.

Œufs cocotte aux champignons

Pour 4 personnes. Faites sauter à la poêle **400 g de champignons de Paris** nettoyés et émincés 10 min avec **2 échalotes** hachées et **20 g de beurre. Beurrez** 4 ramequins, répartissez-y les champignons, **4 cuil. à café de mascarpone** puis **4 œufs. Salez, poivrez** et parsemez de **persil** ciselé. Mettez au four préchauffé à 180° pour 10 min.

Fricassée forestière à l'huile de truffe

Pour 4 personnes. Faites sauter **500 g de champignons de Paris** nettoyés et émincés 10 min dans une sauteuse avec **2 échalotes** et **1 gousse d'ail** hachées, et **20 g de beurre.** Ajoutez **250 g de coquillettes cuites** à l'eau, **200 g de jambon blanc** en dés et **50 g de parmesan** râpé. **Salez, poivrez,** parsemez de **cerfeuil** ciselé et arrosez légèrement d'**huile de truffe** avant de servir.



+ DE RECETTES AVEC DES CHAMPIGNONS SUR
cuisineetvinsdefrance.com



... Et nos 5 suggestions pour en profiter toute l'année



Champignons à l'huile

Pour 3 grands bocaux. Nettoyez soigneusement **1 kg de champignons mélangés** bien fermes et de petit calibre. Dans une grande casserole, laissez à peine frémir pendant 5 min **60 cl d'huile d'olive** avec **60 cl d'huile de pépins de raisins.** Ajoutez **2 brins de thym frais, 2 brins de romarin frais, 2 feuilles de laurier, 1 cuil. à soupe de grains de poivre, 1 cuil. à soupe de graines de coriandre, 1 gousse d'ail** dégermée. Laissez refroidir. Dans une autre casserole, faites bouillir **30 cl de vinaigre blanc** avec 30 cl d'eau et **1 cuil. à soupe de gros sel.** Plongez-y les champignons et laissez frémir 5 min. Égouttez-les et répartissez-les dans des bocaux bien propres. Versez l'huile parfumée refroidie, fermez les bocaux et rangez-les à l'abri de la lumière.



Prêt à l'avance

Cèpes ou bolets secs

Pour 100 g de champignons secs. Nettoyez soigneusement **1 kg de cèpes ou de bolets frais** en grattant les pieds. Émincez-les le plus finement possible. À l'aide d'un fil solide et d'une grosse aiguille, enfilez chaque lamelle sur le fil en les espaçant un peu. Suspendez le fil dans un endroit sec et chaud et laissez sécher les champignons quelques jours. Rangez-les dans une boîte à l'abri de l'humidité.

Prêt à l'avance

Champignons des bois congelés

Rincez rapidement et épongez **1 kg de champignons** ramassés dans les bois (cèpes, sanguins, bolets, mousserons, girolles, rosés…). Émincez **1 échalote** et faites-la revenir dans **25 g de beurre** pendant 3 min. Ajoutez tous les champignons coupés en 2, ou en 4 pour les plus gros, faites-les sauter à feu assez vif jusqu'à ce qu'ils rendent leur eau. **Salez** peu et **poivrez.** Laissez refroidir. Placez-les dans un sac étanche et mettez au congélateur. Vous pourrez les cuisiner avec un plat de pâtes, un risotto ou comme accompagnement d'un rôti.

Prêt à l'avance

Champignons au vinaigre et à la sauge

Lavez rapidement **800 g de champignons** fermes (champignons de Paris, lactaires, sanguins, petits cèpes) et grattez leurs pieds. Coupez les plus gros. Faites bouillir 1 litre d'eau **salée** avec **1 échalote** coupée en quatre, **4 gousses d'ail** pelées et dégermées, **1 brin de romarin, 5 feuilles de sauge** et **8 grains de poivre.** Plongez-y les champignons et laissez frémir 10 min. Égouttez-les et répartissez-les dans des bocaux bien propres. Couvrez-les complètement avec du **vinaigre de cidre.** Fermez hermétiquement et placez dans un endroit sec à l'abri de la lumière. Attendez 2 semaines avant de déguster.



Poudre de cèpes

Placez quelques **cèpes secs** dans le bol d'un mixeur et actionnez l'appareil afin d'obtenir une poudre très fine. Conservez-la dans un bocal à l'abri de l'humidité. Cette poudre servira à agrémenter vos pâtes, vos risottos, des salades, une viande grillée…

Photo : Jean-Luc Barde

2 VINS BASQUES

À la frontière avec l'Espagne, agrippé aux Pyrénées, le vignoble d'Irouleguy a le plus doux des noms et produit pourtant vins, vins de pomme et cidres de tempérament.

Texte : Karine Valentin - photos : Thierry Legay

Vin de pomme Domaine Bordatto, *Oreka* 2015

Pascale et Bixintxo Aphaule se sont retrouvés non pas pour croquer dans la pomme mais pour la transformer, qui en cidre, qui en vin. Le premier prend ses bulles d'une seconde fermentation alors que le vin de pomme fermente une seule fois en cuve sur les lies. Chez Bordatto, y a d'la pomme mais pas que… Sur une mosaïque de sols, sont implantées 30 variétés de pommiers et une vigne de 60 ans de tannat avec laquelle est produit un irouléguy rouge. Cidre basque et vin original : on est fan de ce producteur bio.

Les pommes sont vinifiées séparément et assemblées. Les jus sont travaillés différemment pour le vin, élevé sur ses lies. Ainsi il ne prendra pas de bulles, juste un léger perlant.

Ses arômes très simples de pomme fraîche lui donnent le loisir d'un mariage futé avec des entrées légères mais aussi des fromages, du brebis basque pour l'équilibre régional, et bien entendu sur les desserts, surtout aux pommes.

D'une délicatesse ténue, le vin dévoile un parfum subtil de pomme. Il se hume plus qu'il ne se sent et se goûte sur la fraîcheur de ses notes de fruit. **Prix lecteurs : 8 €.**





Irouléguy 2014 Domaine Bordaxuria



Trois sœurs et un garçon se sont installés ensemble en 2012 pour reprendre la ferme des parents en face de Saint-Jean-Pied-de-Port, sur les pentes de l'Arradoy. Un troupeau de brebis et 8 hectares de vignes avec un premier millésime en 2014. Les parents étaient coopérateurs, mais les filles ont pris leur indépendance. Intza gère le cheptel et fait les fromages. Elorri et son compagnon, Brice, font le vin et Oihana s'occupe de la commercialisation. Et évidemment tout est bio.

Le gros manseng et le petit manseng sont des raisins blancs typiques du sud-ouest de la France, particulièrement adaptés aux pentes pyrénéennes des vignobles de Jurançon ou d'Irouléguy. Aussitôt assemblé, le vin est élevé en barriques de 400 litres pour partie pendant 6 mois.

C'est le vin parfait pour la cuisine basque, une salade en entrée avec jambon et fromage, un merlu à la plancha ensuite, des moules ou des encornets et, au dessert, on revient sur un ossau-iraty en évitant la confiture de cerise à cause du sucre.

La robe est dorée brillante, au nez l'élevage en bois domine d'abord puis il laisse s'exprimer la nature des raisins. Souple et gras, le vin offre une belle structure sur des arômes de fruits frais et c'est en finale qu'on sent le souffle de l'Océan. **Prix lecteurs : 16 €.**

Illustrations : Marie Dewitte @quellebellenouvelle.com / CVF

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL


Olivier Launay est fier de perpétuer un savoir-faire millénaire.

OLIVIER LAUNAY
Sur la route du sel à Guérande

Au sud de la Bretagne, la presqu'île de Guérande abrite un vaste marais salant qui a failli disparaître. Nous y avons rencontré l'un des paludiers.

Texte : Catherine Gerbod - Photos : Maurice Rougemont

L'émerveillement que j'ai eu en arrivant dans le marais, je l'ai toujours", s'exclame Olivier Launay, paludier depuis 14 ans dans le marais salant de Guérande. Quadrillé par des digues d'argile et des talus couverts de végétation, le marais ressemble à un labyrinthe. 2000 hectares à la fois sauvages et très organisés. En parcourant par gravitation une succession de chenaux puis de bassins, l'eau venue de la mer chauffe, s'évapore et se concentre en sel avec la complicité du soleil et du vent. À l'issue du voyage, elle contient 300 g de sel par litre, 10 fois plus qu'au départ.

HISTOIRE D'EAU

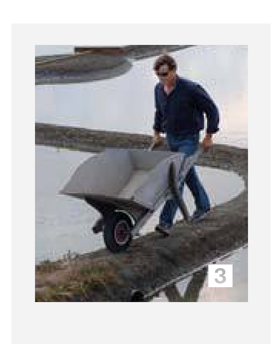
La cristallisation du sel se réalise dans les ultimes bassins appelés œillets. Leur fond argileux est très étanche. Ce système inventé au Moyen Âge reste très performant. Olivier travaille 77 œillets, soit environ 5 hectares de salines. Selon la météo, Olivier anticipe l'évaporation et admet plus ou moins d'eau dans les circuits pour réguler les niveaux. "C'est comme un jeu. Il ne faut pas perdre le mouvement." L'été, la saline dicte son rythme en imposant une récolte toutes les 24 h. Les journées débutent alors vers 5h30. Un œillet produit 40 à 80 kg de sel par jour. "On entre en transe quand c'est une bonne journée", plaisante-t-il.

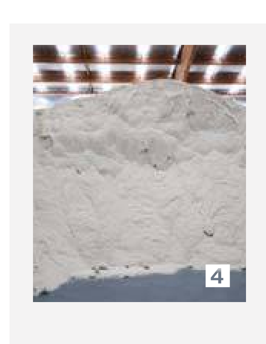
LA MAIN DE L'HOMME

La pureté du sel obtenu tient en grande partie au geste du paludier. "Il y a du plaisir quand on le maîtrise. Il ne faut pas vouloir trop gratter le fond de l'œillet", explique Olivier. Quand le soleil et le vent sec sont au rendez-vous, des cristaux blancs se forment en surface. C'est la rare fleur de sel à cueillir en fin d'après-midi, avant qu'elle ne tombe au fond du bassin. Si la récolte fascine, "l'entretien, c'est 80 % du travail", souligne Olivier. Il l'effectue de la fin de l'automne jusqu'à la récolte suivante. Il faut curer les bassins, éliminer la végétation indésirable sans bousculer le paysage biodiversifié, gage de la singularité du sel de Guérande. ■



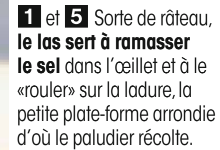








5



1 et **5** Sorte de râteau, **le las sert à ramasser le sel** dans l'œillet et à le «rouler» sur la ladure, la petite plate-forme arrondie d'où le paludier récolte.

2 Une simple **ardoise** règle l'alimentation en eau des œillets.

3 **Tel un funambule,** le paludier parcourt les minces digues d'argile.

4 Ni lavé ni blanchi, le sel garde la **couleur grise** et la richesse en calcium, magnésium et fer et que lui confère l'argile.

6 La récolte du sel se déroule **de mi-juin à mi-septembre.**

7 La **vasière** est un grand bassin stockant l'eau venue de la mer.

8 La **fleur de sel** ne représente que 4 à 7 % de la récolte d'un paludier.

100 % nature

Olivier confie son sel à la coopérative Les Salines de Guérande, qui a contribué à sauver le marais salant menacé par l'urbanisme et la concurrence du sel industriel. Elle a choisi de valoriser la spécificité du sel gris et de la fleur de sel de Guérande. Elle totalise 75 % de la production. Vendus sous la marque Le Guérandais, les sels sont certifiés IGP, label Rouge ou Nature et Progrès.

6

7



8

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

LE GIN SORT DE LONDRES

Boisson favorite de la reine Elisabeth II avec le earl grey et ingrédient inavoué du thé de la reine Victoria, le gin n'est pas né en Angleterre mais en Hollande, en 1550.

Texte : Marie-Astrid Pascal - Photo : Laurent Rouvrais - Stylisme : Judith Clavel



En 1689, Guillaume III d'Orange, nostalgique de la Hollande, souhaite retrouver les saveurs de sa terre natale, dont la baie de genévrier. Il favorise donc la promotion de son eau-de-vie en développant des distilleries de grain. L'alcool produit est alors baptisé de son abréviation : gin.

Terminée l'image désuète du classique gin tonic ! Cet alcool fait aujourd'hui la joie des barmans qui l'utilisent à l'envi, tant sa palette aromatique est variée et permet des recettes originales de cocktails.

Depuis 1987 et la création du Bombay Sapphire d'après une recette du fondateur de la première grande distillerie de gin, on assiste au retour en grâce de ce spiritueux élaboré à partir d'alcool neutre de grain, aromatisé par infusion ou macération d'aromates et d'épices, dont la baie de genièvre, son principal ingrédient.

Une fois la distillation effectuée dans un alambic traditionnel, l'alcool est mis au repos quelques heures en cuves, puis dilué pour obtenir le degré souhaité.

Le G&T (*gin and tonic*) est devenu le long drink national en Espagne que l'on sert dans un grand verre ballon, afin de sublimer les arômes d'un tonic de qualité et des compléments qui se marieront le mieux avec le gin en question, comme le concombre avec le gin Hendrick's. ■

Chacun son gin, chacun son style

Le **london dry gin**, très sec, léger et poivré est le classique style anglais ou la quintessence du gin qui peut être reproduit partout.
Le **plymouth gin** est la seule AOC qui existe pour le gin. Il est élaboré par la distillerie située à… Plymouth.
Le **old tom gin**, populaire au XVIIIe siècle, est l'ancêtre du london dry gin, dans une version plus sucrée qui masque un alcool en réalité plus dur.
Le **yellow gin** séjourne plusieurs mois en fût de chêne, qui lui confère des reflets dorés.
Pour faire une dégustation de tous ces gins, rendez-vous au Tiger, le nouveau bar à gin, à Paris.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



LE MARCHÉ DE SAISON

On y va pour les bons produits, les couleurs, les parfums mais aussi pour l'ambiance… Les marchés donnent envie de cuisiner. Suivez nos conseils et nos recettes pour profiter de la subtile **échalote,** de l'étonnant **merlu** et du **raisin,** à la fois croquant et juteux.

Photos : Laurent Rouvrais - réalisation et stylisme : Catherine Madani - recettes : Sophie Menut - textes : Catherine Gerbod

L'ÉCHALOTE

Plus subtil que l'oignon, cet indispensable de la cuisine continue de cultiver sa différence, qu'il soit cru ou cuit.



Traditionnelle par nature

L'échalote se bat pour préserver le mode de culture qui lui donne son goût unique : une plantation à la main, à partir d'un bulbe et non par semis. Cette technique spécifique la différencie de l'oignon, lui aussi de la famille des alliacées. Elle doit aussi veiller à l'orthographe de son nom : il a souvent un t de trop !
Sur les étals, elle est souvent en concurrence avec l'échalote de semis, moins chère à produire, mais dont le goût avoisine plus celui de l'oignon. Autre concurrent : l'échalion, un gros bulbe de forme allongée issu d'un croisement entre l'échalote et l'oignon. À découvrir aussi la rare et oubliée échalote grise, souvent demi-longue ou longue, plus rarement ronde. Sa peau est cuivrée, car elle patiente une dizaine de jours au grand air et au soleil après récolte. En cuisine, elle est appréciée aussi bien crue que cuite.

Bien la choisir

Elle est principalement produite en Bretagne et dans le Val de Loire. En rayon, recherchez la dénomination ou le logo "échalotes traditionnelles". Vérifiez qu'elle n'est ni molle, ni germée. Achetez-en au fur et à mesure plutôt qu'en grosse quantité. En tresse, elle se conserve mieux qu'en filet. Stockez-la au sec et loin d'une source de chaleur. *Autour de 5 € le kg.*

De bons accords

Elle laisse le plat qu'elle condimente décider de l'accord. Ouvrez un rouge du Beaujolais avec un onglet à l'échalote ou une volaille à l'échalote confite. Si elle est cuisinée avec un fromage bleu, choisissez un blanc ensoleillé et rond ou un rosé puissant (tavel). Lorsqu'elle parfume la sauce d'un poisson, optez pour un bourgogne blanc ou un vouvray sec (Loire).

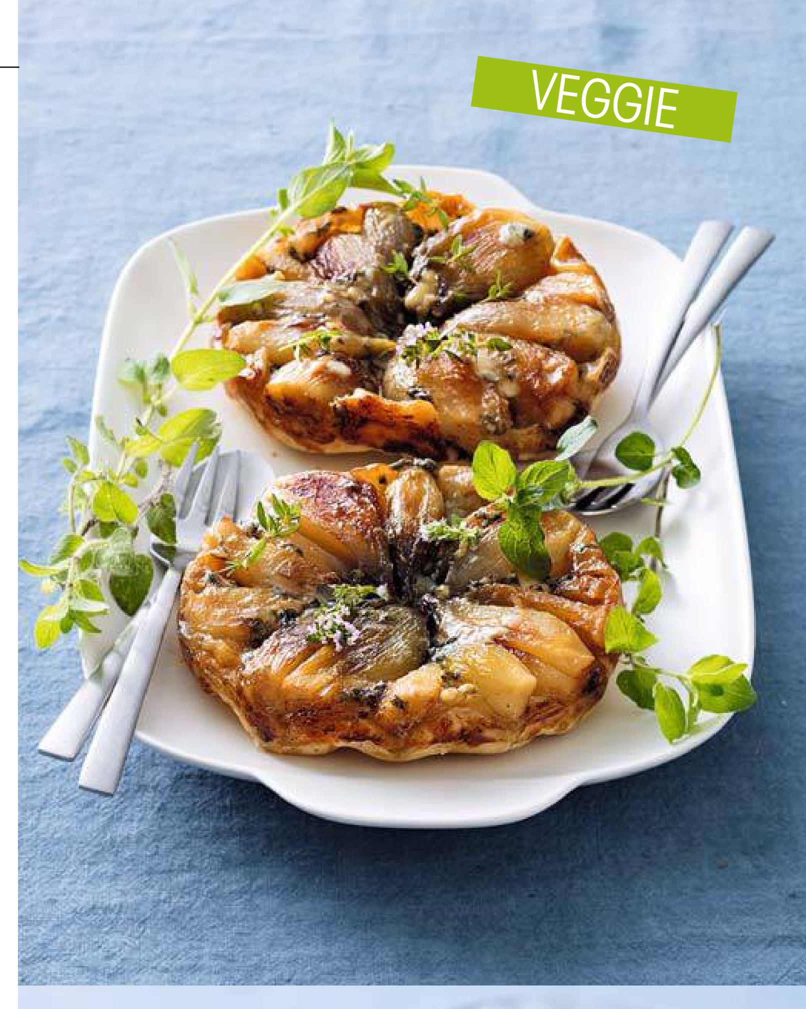
Côté nutrition

Elle cumule les qualités : elle est antioxydante, régulatrice de la glycémie, anti-inflammatoire, antiseptique, anticholestérol… Elle concentre des minéraux, des oligoéléments (cuivre, fer …), des vitamines C, E et du groupe B. Le tout pour 60 kcal aux 100 g !

L'idée recette du maraîcher

Spaghettis complets à l'échalote et au safran

Pour 4 personnes. Faites infuser **1 pincée de pistils de safran** dans **15 cl de crème liquide chaude.** Pelez et émincez **8 à 10 échalotes traditionnelles (selon la taille).** Faites-les revenir 20 min dans une sauteuse avec **30 g de beurre.** Ajoutez la crème au safran en fin de cuisson, **poivrez,** gardez au chaud. Faites cuire **400 g de spaghettis complets** à l'eau bouillante salée 8 à 10 min. Égouttez et versez-les dans la sauteuse, remuez. Parsemez de **40 g de parmesan** fraîchement râpé et servez.

Tatin d'échalotes et roquefort

ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 20 min
Cuisson : 30 min

POUR 6 PERSONNES
1 rouleau de pâte feuilletée ● 1 kg d'échalotes traditionnelles ● 50 g de roquefort ● 3 cuil. à soupe d'huile d'olive ● 2 cuil. à soupe de sucre en poudre ● 1 cuil. à soupe d'herbes de Provence ● 20 g de beurre pour le moule ● sel ● poivre

1 **Pelez les échalotes** en les laissant entières. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et mettez les échalotes à revenir à feu très doux 5 min.
Parsemez de sucre et des herbes, salez, poivrez, couvrez et laissez cuire 30 min à feu doux.
Au bout de ce temps, retirez le couvercle et poursuivez la cuisson encore 15 min. Si les échalotes brunissent trop vite, versez un peu d'eau.

2 **Préchauffez** le four à 180°. Beurrez un moule à tarte ou à manqué. Étalez les échalotes dedans. Émiettez le fromage et répartissez-le sur les échalotes.
3 **Déroulez** la pâte feuilletée sur les échalotes en la "bordant" dans le moule. Enfournez pour 30 min.
Laissez reposer la tarte 5 min hors du four avant de la démouler en la retournant sur le plat de service. Servez chaud.
NOTRE BON ACCORD : un saint-péray (blanc de la Vallée du Rhône).

Les conseils de CVF

● Si le roquefort est trop fort en goût pour vous, remplacez-le par du fromage de chèvre frais, plus doux.
● Si vous préférez présenter votre tatin en tartelettes, diminuez le temps de cuisson au four de 10 min.

Confiture d'échalotes au vin rouge



FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 25 min
Cuisson : 1 h

POUR 2 POTS BIEN REMPLIS
1 kg d'échalotes traditionnelles ● 100 g de sucre roux ● 25 cl de vin rouge ● 10 cl de grenadine ● 1 branche de romarin ● 1 feuille de laurier ● 3 cuil. à soupe d'huile d'olive ● sel ● poivre

1 **Pelez les échalotes** et émincez-les. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et faites revenir les échalotes à feu doux en évitant qu'elles ne colorent trop.
2 **Au bout de 10 min,** versez le sucre, la grenadine et le vin. Ajoutez le romarin et le laurier. Mélangez bien et couvrez.
Laissez cuire 50 min à tout petit feu en mélangeant souvent à la spatule. Si la préparation accroche, rajoutez un peu d'eau.
3 **5 min avant la fin** de la cuisson, salez et poivrez, retirez le romarin et le laurier. Laissez refroidir et mettez en pots.
4 **Servez froid** en accompagnement de charcuteries ou de viandes froides.
NOTRE BON ACCORD : un brouilly (Cru du Beaujolais).

Le conseil de CVF

Avant d'ajouter le sucre, vous pouvez verser 2 cuil. à soupe de vinaigre de Xérès et donner un bouillon. Cela apportera une agréable touche acidulée à la confiture.



+ DE RECETTES AVEC DES ÉCHALOTES
sur cuisineetvinsdefrance.com

LE MERLU

Ce poisson à chair blanche n'appartient pas au club très fermé des espèces nobles, il n'en est pas moins pourvu de richesses !



Nom d'un poisson

Le merlu est souvent l'objet de méprise. Certains l'appellent colin, nom qui sert à qualifier aussi le lieu noir et le lieu jaune, en plus du banal colin d'Alaska. D'autres le confondent avec le merlan. Une étude européenne révélée fin 2015 soulignait qu'il faisait partie des espèces les plus mal étiquetées. Seule solution pour le repérer, connaître son petit nom latin : *Merluccius merluccius.*

Il est pêché en Atlantique Nord-Est, de la Norvège à la Mauritanie, ainsi qu'en Méditerranée. D'autres variétés de merluccius sont importées d'Afrique du Sud, de Namibie, d'Amérique du Sud ou de Nouvelle-Zélande. Les pêcheurs basques se sont organisés pour défendre une filière de pêche de merlu de ligne labellisée "merlu de ligne de Saint-Jean-de-Luz". Pêché dans le golfe de Gascogne entre avril et septembre, il est soumis à des règles strictes pour préserver l'espèce. Il est savoureux aussi bien à la vapeur, au court-bouillon, en papillote, au four, à la poêle, à la plancha ou mijoté avec des tomates.

Bien le choisir

Frais, il est vendu entier ou en darnes selon sa taille. Il peut être détaillé en pavés. Les plus petits s'appellent "merluchons". En dessous de 30 cm, il est jugé immature et ne doit pas en principe être commercialisé. Entier, sa fraîcheur se repère à sa raideur, son œil brillant et ses ouïes rouge vif. *Autour de 13 € le kg.*

De bons accords

Cuisiné avec de la tomate, du piment et du jambon cru, il peut être accompagné d'un rouge non tannique ayant de la vivacité (côte-roannaise, côtes-du-forez…). À la plancha et parfumé d'épices, optez pour un blanc aromatique et vif : côtes-de-gascogne, jurançon sec, pacherenc-du-vic-bilh sec. Vapeur, préférez l'élégance d'un blanc d'Alsace.

Côté nutrition

Il fait partie des poissons plutôt maigres avec 112 kcal aux 100 g. Il apporte des protéines, du phosphore, du potassium, du sélénium et des vitamines du groupe B.

L'idée recette du poissonnier

Curry de merlu

Pour 4 personnes. Dans un plat creux, mettez **600 g de merlu** taillé en gros cubes, **2 cuil. à soupe d'huile d'olive** et **2 cuil. à soupe de curry en poudre.** Laissez mariner 30 min au frais en les remuant une fois. Faites chauffer une sauteuse. Faites revenir doucement les cubes de poisson 5 min. Ajoutez **2 tomates** pelées et épépinées coupées en cubes, laissez cuire encore 5 min. Arrosez de **15 cl de lait de coco.** Prolongez la cuisson 10 min. **Salez** et parsemez de **coriandre** ciselée.

Merlu au couscous vert

FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 30 min
Cuisson : 25 min

POUR 4 PERSONNES
4 filets de merlu ● 250 g de graines de couscous moyen ● 200 g de petits pois frais écossés ou surgelés ● 2 cébettes (ou oignons frais) ● 3 brins de persil plat ● 3 brins de coriandre ● 8 brins de ciboulette ● 3 brins de menthe ● 25 g de beurre ● 4 cuil. à soupe d'huile d'olive ● sel ● poivre

1 Mesurez le volume de la graine et le même volume d'eau chaude. Dans un saladier, versez la graine et arrosez-la avec l'eau chaude. Mélangez bien, laissez gonfler 5 min.
Égrenez ensuite la graine à la fourchette. Faites-la cuire à la vapeur 10 min. Ajoutez le beurre, salez, poivrez et égrenez encore. Laissez au chaud.
2 Faites cuire les petits pois 5 min dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez et réservez.
3 Lavez toutes les herbes, épongez-les et ciselez-les finement. Épluchez les cébettes et émincez-les finement.
4 Rincez et épongez les filets de merlu et poêlez-les 8 min dans l'huile chaude, en les retournant à mi-cuisson.
5 Dans le saladier du couscous, ajoutez les herbes, les oignons et les petits pois. Rectifiez l'assaisonnement. Répartissez-les dans des assiettes de service et déposez les filets de poisson sur le couscous d'herbes. Dégustez chaud.
NOTRE BON ACCORD : un alsace-riesling.

D'autres graines
Pour changer de la graine de couscous, remplacez-la par de l'épeautre, du boulgour...

Merlu safrané aux poivrons en papillote

FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 30 min
Cuisson : 1 h 20

POUR 4 PERSONNES
4 filets de merlu ● 2 poivrons rouges ● 1 poivron jaune ● 1 oignon jaune ● 2 tomates ● 3 cuil. à soupe d'huile d'olive ● 1 pincée de safran en poudre ● sel

1 Ébouillantez les tomates 20 secondes pour les peler facilement. Épépinez-les et coupez-les en cubes.
Lavez les poivrons, ôtez leurs graines et filaments et découpez-les en fines lanières. Pelez l'oignon et émincez-le.
2 Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et laissez blondir l'oignon 3 min. Ajoutez les poivrons et les tomates. Salez et laissez confire à petit feu 1 h en remuant souvent. Ajoutez le safran.
3 Préchauffez le four à 180°. Découpez 4 grands carrés dans du papier cuisson. Déposez un filet sur chaque feuille, recouvrez-le avec un peu de préparation aux poivrons. Fermez hermétiquement chaque papillote et enfournez pour 20 min.
4 Servez le poisson dans sa papillote accompagné de pommes de terre vapeur ou de riz basmati.
NOTRE BON ACCORD : un bordeaux rosé.

Plus de parfums
Vous pouvez ajouter quelques graines de fenouil et une rondelle de citron bio sur le poisson avant de refermer la papillote.



+ DE RECETTES AVEC DU MERLU
sur cuisineetvinsdefrance.com

LE RAISIN

Il a des pépins et une peau parfois épaisse… Ce n'est pas une raison pour lui interdire l'accès aux casseroles !



Grains de plaisir

Le raisin de table nous régale du petit déjeuner au dîner à partir du mois de juillet. En France, le muscat-de-hambourg dont les petits grains sont bien sucrés, l'alphonse-lavallée doté de grains plus ronds et plus fermes ou encore le chasselas aux petits grains dorés ayant le goût de miel restent des références. Le chasselas-de-moissac et le muscat-du-ventoux sont des AOP. Sur les étals, les variétés affichant des gros grains allongés très croquants type italia et les apyrènes (sans pépin) prospèrent, notamment le red-globe de couleur violacée mais pauvre en goût.
En cuisine, les grains tiennent le choc quand ils sont sautés, cuits au four ou pochés, pour accompagner viandes, poissons ou volailles. Les épépiner est plus agréable, les puristes prennent aussi le temps de les peler ! Les plonger quelques secondes dans l'eau bouillante, puis dans de l'eau glacée, rend cette tâche plus facile.

Bien le choisir

La tige (rafle) doit être verte, souple et pas sèche. Il est facile de repérer les grains mous, ridés ou tachés. La pruine, ce léger voile blanc que certaines variétés génèrent pour se protéger de la chaleur, est en revanche tout à fait normale. Certaines variétés européennes sont vendues jusqu'en décembre. En dehors de cette saison, les grappes viennent en général de l'hémisphère Sud et ont donc beaucoup voyagé. *De 2 à 6 € le kilo selon les variétés.*

De bons accords

Vin et raisin ont une affinité naturelle ! Préférez les vins non boisés et peu tanniques. Avec une sole, osez un muscat sec (Alsace, Languedoc) ou du champagne ; avec un magret de canard, un pinot noir d'Alsace. Au dessert, en salade, un muscat-de-beaumes-de-venise. Avec une tarte sucrée, ouvrez un vouvray ou montlouis (Loire) avec ou sans bulles, un crémant ou un moscato-d'asti (Italie).

Côté nutrition

Il apporte de 60 à 70 kcal aux 100 g selon les variétés. Le blanc est un peu plus sucré que le rouge. Les deux sont riches en vitamines C et B9, potassium, phosphore, magnésium, fibres, polyphénols… Réputé diurétique, reminéralisant, dépuratif, il fait partie des aliments des régimes «détox». Ne boudez pas la peau et les pépins pour profiter de toutes ses qualités.

L'idée recette du maraîcher

Salade raisin-fenouil

Pour 4 personnes. Lavez **2 bulbes de fenouil** en ôtant les feuilles extérieures, émincez-les très finement (si possible à la mandoline). Lavez **une trentaine de grains de raisin noir** (par exemple muscat-du-ventoux). Coupez-les en 2, épépinez-les. Mélangez-les avec le fenouil. Ajoutez **50 g de noisettes** torréfiées et concassées, **50 g de vieille mimolette** en copeaux, **1 cuil. à soupe de vinaigre de Xérès**, **1 cuil. à soupe d'huile de noisette**, **2 cuil. à soupe d'huile de tournesol** et du **poivre du moulin.**

Cailles aux raisins

FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 30 min
Cuisson : 40 min

POUR 4 PERSONNES
4 cailles ● 1 belle grappe de raisin blanc ● 50 g de raisins secs blonds ● 8 très fines tranches de poitrine fumée ● 1 oignon ● 3 cuil. à soupe de cognac ● 2 cuil. à soupe de miel ● 1 brin de thym ● 30 g de beurre ● sel ● poivre

1 Lardez chaque caille de 2 tranches de poitrine fumée en les faisant se chevaucher. Maintenez-les à l'aide de piques en bois ou ficelez-les.
2 Faites chauffer le cognac dans une petite casserole. Rincez les raisins secs et, hors du feu, laissez-les gonfler dans le cognac chaud. Épluchez l'oignon et hachez-le.
3 Dans une grande cocotte, faites dorer les cailles sur toutes leurs faces. Égouttez-les et, à leur place, mettez l'oignon à revenir. **Remettez les cailles** dans la cocotte. Ajoutez les raisins secs avec le cognac, le miel, le thym et 10 cl d'eau. Salez, poivrez, couvrez et laissez à feu doux 25 min.
4 Pendant la cuisson des cailles, pelez les grains de raisin. Ajoutez-les dans la cocotte 5 min avant la fin de la cuisson.
Servez bien chaud avec une purée de pommes de terre ou des navets braisés.
NOTRE BON ACCORD : un mercurey rouge (Bourgogne, Côte chalonnaise).

L'astuce de CVF
Choisissez des grains de raisin assez gros, ils seront plus faciles à éplucher.



Gâteau aux raisins et au cidre

FACILE ET BON MARCHÉ
Prêt à l'avance
Préparation : 30 min
Attente : 1 h
Cuisson : 1 h

POUR 6 À 8 PERSONNES
150 g de raisin blanc ● 50 g de raisins secs blonds ● 200 g de farine avec poudre levante ● 175 g de beurre ● 150 g de sucre blond ● 3 œufs ● 2 pommes ● 10 cl de cidre ● 1 cuil. à café de gingembre en poudre ● 1 cuil. à café de cannelle en poudre ● 1 pincée de noix muscade râpée ● 1 pincée de sel

1 1 h à l'avance, faites gonfler les raisins secs dans le cidre.
2 Passé ce temps, préchauffez le four à 180°. Épluchez les grains de raisins et ôtez leurs pépins. Pelez les pommes, épépinez-les et coupez-les en dés.
3 Versez la farine dans un grand saladier avec le sel et toutes les épices. Ajoutez le sucre et le beurre mou, mélangez au fouet. Cassez les œufs et ajoutez-les un par un dans le saladier. **Versez** les raisins secs et le cidre, les raisins frais, les pommes et mélangez délicatement.
4 Versez la pâte dans un moule à manqué ou à cake, de préférence en silicone (ou tapissé de papier cuisson beurré). Enfournez pour 1 h.
Laissez refroidir 10 min avant de démouler. Servez à température ambiante.
NOTRE BON ACCORD : une clairette-de-die (effervescent de la Vallée du Rhône).

C'EST AUSSI LE MOMENT...

Texte : Sophie Menut

> « La découverte d'un mets nouveau fait plus pour le bonheur du genre humain que la découverte d'une étoile. »
>
> ***Brillat-Savarin***

Presque comme une nouvelle année avant l'heure, c'est la rentrée pour tout le monde. Les enfants retrouvent leurs pupitres et nous nos bureaux. Maillots et bermudas retournent dans les placards et sont remplacés par des tenues plus conformes. On redécouvre nos cuisines. Le vin nouveau remplace le mojito du bar de la plage. Les journées raccourcissent et les soirées fraîchissent. Les odeurs du marché changent et c'est maintenant le parfum des champignons qui remplacent celui du basilic. Ca tombe bien, on commençait à se lasser du melon…











Est venu le temps...

- de cueillir les figues, les noix, les noisettes.
- de prolonger l'été avec les dernières pêches, les fraises remontantes, les tomates gorgées de soleil.
- de troquer sa bouteille d'huile d'olive par une autre de noix, de pistaches, d'amandes, de sésame…
- de partir se tacher les doigts en montagne à la cueillette des myrtilles sauvages et d'en rapporter un grand saladier à déguster accompagné d'un pot de fromage blanc.
- de faire une cure de raisin et d'en accompagner les premiers gibiers de l'année.
- de redécouvrir le jambon à l'os à savourer avec une belle tranche de pain de campagne.
- d'avoir de nouveau envie de crème fraîche pour préparer des sauces onctueuses.
- de mettre en bocaux avec de l'alcool les derniers fruits des beaux jours.
- d'enfourner un beau poulet fermier pour le déjeuner du dimanche.

Photos : Laurent Rouvrais / CVF

LE STEAK HACHÉ tout un art !

Burger, boulettes, bolognaise, parmentier… le bœuf haché est partout. Mais cette star de nos repas, adulée des petits et des grands, doit être choisie avec soin. Car un vrai bon steak haché dépend d'un authentique savoir-faire boucher. Eh oui ! Hacher, c'est un métier !



Le steak haché, qu'est-ce que c'est ?

Un « steak haché » digne de ce nom se compose exclusivement de pièces de viande entières. Soit uniquement des morceaux hachés dans les règles de l'art. **Rien ne doit être ajouté, ni gras, ni conservateur, ni arôme. 100% muscle !** C'est à ce prix-là seulement



qu'il peut bénéficier de l'appellation officielle de « steak haché ». Voilà pourquoi l'élaboration de ce produit délicat répond à un vrai savoir-faire. Depuis un demi-siècle, les trois générations de la famille Bigard perpétuent la tradition bouchère (sélection des bêtes et des viandes, découpe et préparation des pièces…) tout en répondant aux attentes des consommateurs.

Un véritable savoir-faire boucher

Avec « Mon Haché Boucher », Bigard reproduit fidèlement le savoir-faire traditionnel de l'artisan boucher. **Le processus de hachage, qui respecte le sens de la fibre, restitue la texture aérée du bœuf haché.** « Mon Haché Boucher » est une spécialité unique sur le marché : **100% pur bœuf français, son épaisseur généreuse** et ses bords arrondis en font aussi **l'ingrédient idéal d'un bon burger.** Ce savoir-faire permet aussi de préserver son **fondant à cœur quelle que soit la cuisson**, même au barbecue.

Des atouts nutritionnels adaptés à chacun

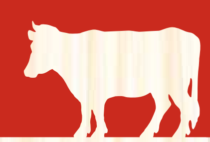
En plus de sa richesse naturelle en protéines, vitamines et minéraux, « Mon Haché Boucher » est disponible en deux taux de matières grasses. **Les hachés 5% sont issus de morceaux maigres tels que le paleron, la basse-côte, le gîte. Les hachés 15%, à la saveur affirmée, sont élaborés à partir de morceaux naturellement plus gras, comme le collier ou la poitrine.**





Un produit rigoureusement sûr

À tous les stades de son élaboration, **le steak haché est contraint à de très strictes vérifications de qualité.** Contrôles de la viande opérés par les services vétérinaires, analyses quotidiennes des steaks hachés sur les sites d'élaboration.
Un produit sous contrôle !
L'étiquetage est soumis à la plus grande vigilance car une traçabilité absolue en dépend.



LA CUISINE BIENVEILLANTE

Lorsque les grands chefs font évoluer leur façon de cuisiner pour allier plaisir du goût et bien-être.

Texte : Catherine Gerbod

RECHERCHE DE LÉGÈRETÉ

Dans les années 1970, le mouvement de la Nouvelle Cuisine avait libéré la gastronomie française des pesanteurs d'une cuisine trop riche et trop grasse. Devant la multiplication des pathologies liées à l'alimentation, les chefs d'aujourd'hui vont encore plus loin en inventant une cuisine aussi bonne que saine. Un objectif que Sylvain Sendra, chef du restaurant *Itinéraires* (Paris), résume par l'expression "cuisine bienveillante". Il cherche à épurer sa cuisine, à limiter "ce qui pollue la digestion". "Un grand repas se juge le lendemain à la digestion !", renchérit Gérald Passédat, chef du *Petit Nice,* à Marseille.

ENVIE DE «NATURALITÉ»

"Se nourrir de façon plus saine et naturelle est aujourd'hui une attente et une nécessité qu'il est temps de traduire dans le domaine de la haute cuisine", expliquait Alain Ducasse en rouvrant son restaurant du *Plaza Athénée* (Paris) en septembre 2014 autour du concept de "naturalité". "L'absence de gras et le maintien d'une grande puissance aromatique" sont les lignes directrices de la cuisine épurée d'Anne-Sophie Pic, chef à Valence. Sous l'épure se cache une grande technicité. "La créativité reste et demeure primordiale", affirme Gérald Passédat. "Ma cuisine est deux fois plus gourmande : je découvre de nouvelles façons d'utiliser certains produits ou en redécouvre d'autres qu'on ne travaillait plus", constate Sylvain Sendra. Lentilles, petit épeautre, farine de riz, pois chiches, maïs, quinoa, lait de brebis, lait fermenté, sarrasin, farine de châtaigne, thé vert, sucre muscovado, huile de colza… s'installent dans les assiettes des étoilés.

Photo : Nicolo Beaumont Revelli/D.R.

Les **cuissons ultra-précises** de Sylvain Sendra préservent nutriments et saveurs.



Photo : ginko-photo.com/DR

Chez Anne-Sophie Pic, la finesse du homard est magnifié par **un dashi de rhubarbe.**

NOUVEAUX SAVOIR-FAIRE

Les chefs recherchent des matières premières d'exception : poissons pêchés avec soin, légumes naturellement riches en saveurs et nutriments… Ils en subliment les arômes et textures par la maîtrise des assaisonnements et des cuissons ou osent le cru. Bouillons, infusions ou jus réduits donnent du goût en évitant l'apport de gras et de sel. Anne-Sophie Pic invente par exemple des dashis, bouillons typiques de la cuisine japonaise. "Je privilégie l'huile d'olive, les extractions de légumes et les algues. Je bannis le beurre, la crème et la farine", explique Gérald Passédat. Côté desserts, Sylvain Sendra réalise "une guimauve allégée sucrée avec du miel, réalisée avec de la poudre de framboise séchée et du jus de framboise réduit". ■

L'esprit Guérard

Installé à Eugénie-les-Bains depuis 1974, Michel Guérard, l'un des pères de la Nouvelle Cuisine, défend le lien entre plaisir et cuisine santé. En 2009, ce chef triplement étoilé a piloté la rédaction d'un livre blanc sur les pathologies liées à l'alimentation. En 2013, il a lancé L'institut Michel Guérard École de cuisine de santé pour former des professionnels de la restauration et de santé à ses principes culinaires.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

BARRES AUX CÉRÉALES ET AUX FRUITS SECS

Photo : Nathalie Carnet - réalisation et stylisme : Audrey Cosson - recette : Sophie Menut

Prêt à l'avance

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 20 min
Cuisson : 15 min

POUR ENVIRON 12 BARRES
250 g de flocons de céréales (kammut, orge…) ou de muesli ● 75 g de fruits secs au choix (raisins, cranberries, myrtilles, abricots) ● 50 g de miel ● 50 g de sucre blond ● 50 g de beurre ● 2 cuil. à soupe d'huile de coco bio ● 1 pincée de sel

1 **Préchauffez le four** à 180°. Coupez les plus gros fruits secs et faites-les gonfler dans un bol d'eau chaude pendant 5 min. Égouttez-les.

2 **Mettez le beurre** dans un saladier et faites-le fondre au bain-marie ou au micro-ondes. Hors du feu, mélangez-le avec le sucre. Incorporez le miel et l'huile de coco.
Ajoutez les céréales et les fruits secs en mélangeant.

3 **Répartissez** la préparation dans des plaques en silicone à alvéoles rectangulaires. Tassez bien avec le dos d'une cuillère et enfournez pour environ 15 min.

4 **Laissez bien refroidir** avant de démouler. Conservez les barres aux céréales dans une boîte métallique à l'abri de la lumière et de l'humidité.

Variations et gourmandises

● Pour varier, ajoutez à la préparation pépites de chocolat, éclats de noisette, dés de mangue séchée…

● Une fois les barres démoulées, vous pouvez aussi tapisser le fond des alvéoles d'un peu de chocolat fondu, y replacer les barres, puis les mettre au frais avant de déguster.

L'avis du nutritionniste

Énergies positives

Les céréales contiennent 80 % d'amidon, des protéines végétales, peu de sucres rapides, pas de graisse mais peu de vitamines (sauf B1, B2 et PP). Ici ce sont les fruits secs qui vont les apporter. L'ajout de sucre rapide (miel et sucre) et de graisses de nature différente (beurre et huile de coco) complète son équilibre. Le résultat, une recette saine et énergétique.

Docteur Pierre Azam, Paris

Photo DR.

LA NOIX DE COCO roule pour nous !

Naturel, exotique, en vogue et doté de vertus ancestrales, ce fruit a aussi la faveur des nutritionnistes. Faut-il l'adopter ?

Texte : Catherine Gerbod


Photo : Alicjane / fotolia.com

La réputation diététique de la noix de coco, il y a encore dix ans, était plutôt mauvaise, car ce fruit était associé à des confiseries et gâteaux sucrés. Mais la revalorisation du gras et des produits d'origine végétale a changé la donne.

PULPE GÉNÉREUSE

La chair de la noix de coco est riche en acides gras principalement saturés. A priori pas les préférés des nutritionnistes. Sauf que ceux de la coco s'avèrent être intéressants. "Elle est riche en acide laurique, un acide gras présent dans le lait maternel. Il se digère très bien", explique Sophie Bourget, directrice du laboratoire de l'huilerie Émile Noël. Elle contient aussi vitamines C et B9, sélénium, fer, potassium et magnésium. Autant d'atouts dont on profite lorsqu'elle est râpée en poudre ou détaillée en pétales dans les salades de crudités, les mueslis... Ou dans le lait ou la crème de coco issus de la chair mixée avec de l'eau. Ces produits vendus en brique ou en conserve peuvent remplacer la crème fraîche et le lait. Ils s'utilisent dans les currys, les sauces épicées ou les desserts, comme les flans ou le riz au lait de coco.

HUILE PARFUMÉE

L'huile de coco obtenue en pressant la chair possède aussi ces acides gras. Elle a la particularité de rester solide jusqu'à 25° et se conditionne en pot. "Elle est stable à l'oxydation et supporte jusqu'à 200° en cuisson", précise Sophie Bourget. Il est important qu'elle soit vierge, c'est-à-dire uniquement obtenue par des procédés mécaniques, et non raffinée. Elle parfume les plats de sa saveur exotique. Elle existe en version désodorisée. En bio, le procédé utilise la vapeur, donc pas de traitement chimique. Comme elle n'apporte ni oméga 3, ni oméga 6, l'huile de coco est à utiliser en alternance avec d'autres huiles. Résidu de la fabrication de l'huile, la farine de coco est concentrée en fibres. Elle est dépourvue de gluten, mais ne peut s'utiliser seule, car trop fibreuse.

Fleurs sucrées

Les fleurs du cocotier ont aussi du potentiel. Leur sève est transformée par évaporation en un sucre savoureux. «Son index glycémique est de 35, le plus bas des sucres», considère Marion Thelliez. Il apporte aussi des minéraux, du zinc et du fer. Il s'utilise comme le sucre roux. Seul bémol, son prix élevé : autour de 18 € le kilo pour du sucre de fleurs de coco bio.

EAU PRÉCIEUSE

La noix de coco renferme aussi de l'eau. Tout en étant désaltérante, elle apporte sodium, magnésium, phosphore, potassium, calcium et des vitamines C et B9. "L'eau de coco est reminéralisante, très assimilable. Elle contribue à l'équilibre acido-basique du corps", explique Marion Thelliez, naturopathe. Les sportifs peuvent apprécier ses propriétés isotoniques après l'effort. "Comparativement à d'autres jus de fruits, elle est 3 à 5 fois moins sucrée", souligne Emmanuel Jesberger, cofondateur de Vaïvaï, entreprise pionnière en France de l'eau de coco vendue en pack. Elle se boit très fraîche, nature ou mélangée au jus d'autres fruits. Malgré sa douceur naturelle, elle ne totalise que 19 kcal pour 100 g, tandis que la même quantité d'orange pressée apporte 43 kcal. À l'achat, il faut vérifier qu'elle est 100 % naturelle, sans sucre ajouté.



Selles-sur-Cher

Le fromage de chèvre de toute une région.

Nichée entre Sologne, Touraine et Berry, la ville de Selles-sur-Cher a donné son nom au fromage de chèvre d'Appellation d'Origine Protégée, célèbre pour sa forme de palet et sa croûte naturellement cendrée. Devenu AOC en 1975, ce fromage emblématique de la région Centre - Val de Loire fête d'ailleurs cette année ses 40 ans d'appellation !

Elaborés de manière traditionnelle depuis 1887, à base de lait de chèvres de la région de la vallée du Cher, les Selles-sur-Cher sont moulés manuellement, puis égouttés, salés et cendrés avec du charbon végétal. Après 10 jours d'affinage, la croûte a développé des moisissures nobles et la pâte intérieure a pris son goût noisette caractéristique. Les Selles-sur-Cher sont prêts à être dégustés !

Incontournables des plateaux de fromages, l'AOP Selles-sur-Cher s'apprécie à l'apéritif, coupé en tranches fines, ou à travers de nombreuses préparations culinaires. Découvrez sans plus tarder nos recettes sur www.aop-sellessurcher.com !













CHAMPAGNE
VVE FOURNY & FILS

une Famille,
un Clos,
un Premier Cru



Une trilogie fondée sur les liens familiaux
et la passion d'un terroir

5, rue du Mesnil • 51130 Vertus
Tél. : +33 (0)3 26 52 16 30
Fax : +33 (0)3 26 52 20 13
info@champagne-veuve-fourny.com
www.champagne-veuve-fourny.com

Les trois frères
CANTAL, LAGUIOLE, SALERS

Ces trois Auvergnats liés par leur terroir et leur tradition se ressemblent. Pourtant chacun revendique sa personnalité unique.

Photo : Laurent Rouvrais - Texte : Pascale Mosnier



Le Cantal, le Puy-de-Dôme, l'Aveyron, la Corrèze, la Lozère et la Haute-Loire dans une moindre mesure fournissent le lait de vache cru destiné à la fabrication de ces trois fromages à pâte pressée non cuite. Ils titrent entre 25 et 30 % M.G.

Autre air de famille, ils sont tous trois présentés sous forme de fourmes, un nom venant du moule dans lequel on faisait les fromages à l'origine, et qui a d'ailleurs donné le mot fromage. Chaque fourme pèse de 35 à 50 kg et nécessite environ 400 litres de lait pour sa fabrication. Ces trois fromages bénéficient d'une AOP, dont les cahiers des charges sont assez semblables, exigeants quant à la qualité naturelle de l'alimentation des troupeaux, mais :

– le salers est toujours fermier, fabriqué uniquement l'été quand les vaches sont à l'estive de mi-avril à mi-novembre. Il doit être affiné au moins 3 mois ;

– le cantal, l'aîné de la famille (on dit qu'il a plus de 2000 ans !) offre trois affinages : jeune, à partir de 30 jours ; entre-deux, de 60 à 180 jours ; vieux, 180 jours au minimum ;

– le laguiole est produit surtout dans l'Aubrac, haut plateau basaltique situé entre 800 et 1400 m d'altitude. 4 mois d'affinage au minimum sont nécessaires. ■

Dans l'assiette...

Les différences de saveurs entre laguiole, cantal et salers ont beau être subtiles, elles sont bien réelles. Tous trois tiennent leur place sur un plateau de fromages, mais sont également très doués en gratins. Les tomes très fraîches de cantal et de laguiole participent aux fameuses recettes de l'aligot et de la truffade, délicieuses associations avec des pommes de terre.

Le Taittinger des cordons bleus

Participez au concours de cuisine amateur

JOUEZ DANS LA COUR DES GRANDS !

Cette année, la rédaction de Cuisine et Vins de France est partenaire des maisons Taittinger et Miele, organisatrices d'un concours réservé aux particuliers. Si vous avez plus de 24 ans, lancez-vous !

Le jury de la sélection présidé par le chef étoilé **Gérard Boyer** rendra publique sa sélection des trois finalistes le **27 septembre 2016.**



Le chef Philippe Mille

La finale aura lieu à Reims, dans **l'hôtel Relais & Châteaux Les Crayères le 10 octobre 2016** devant un jury présidé par le chef étoilé **Philippe Mille.**
Les 3 finalistes, assistés chacun d'un commis, disposeront de 4 heures pour réaliser la recette pour laquelle ils ont été sélectionnés.

Photos DR.



Le Relais & Châteaux Les Crayères à Reims

Prix

Le gagnant se verra offrir **un jéroboam et 6 bouteilles de la cuvée Brut Réserve du Champagne Taittinger, un an d'abonnement à notre magazine Cuisine et Vins de France** et **un four vapeur Miele.**
En outre, il sera invité à assister à la finale des épreuves professionnelles du prix Taittinger à Paris le 16 novembre et au dîner de gala qui suivra.
L'hébergement à Reims ainsi que tous les frais liés au déplacement seront pris en charge par l'organisation.



Un jéroboam et 6 bouteilles Taittinger — Un four vapeur posable Miele — 1 an d'abonnement à CVF

Règlement du concours déposé en l'étude de maître Paupert Liévin, huissier de justice, 156, bd Magenta, 75010 Paris, et disponible sur simple demande au Comité d'organisation du Prix Culinaire International.

Thème 2016

Cœur de filet de bœuf (rôti entier), 2 garnitures libres dont une à base de pommes de terre.

Modalités

1 Téléchargez le dossier d'inscription sur : www.taittinger.com
2 Proposez la recette de votre choix autour du thème imposé.
3 Envoyez votre dossier par courrier, avant le 19 septembre 2016 à minuit à **Comité d'organisation du Prix Culinaire International, Le Taittinger des cordons bleus, BP 2741, 51061 Reims Cedex.**
Ce dernier devra être assorti de 2 ou 3 photos et de votre recette personnelle prévue pour 6 personnes et dactylographiée.

CHAMPAGNE
TAITTINGER
Le Taittinger des cordons bleus
Comité d'organisation du Prix Culinaire International
BP 2741, 51061 Reims Cedex
Tél. 03 26 85 45 35.
Mail : prixculinaire@taittinger.fr



LISTRAC ET MOULIS
Les jumelles du Médoc

Collées l'une à l'autre dans un paysage de vignes ponctué de bosquets, les deux appellations offrent des vins attachants.

Photos : Jean-Luc Barde - Reportage : Karine Valentin



MOULIS ***Château Chasse-Spleen***

La propriété porte un nom qui contribua autant à sa renommée que la qualité des vins, assimilés aux Grands Crus classés. L'exploitation, sur le plateau de graves de Poujeaux, s'appelait comme ses voisins Castaing Grand Poujeaux. Rosa Ferrière, propriétaire historique, qui recevait dans ses salons Odilon Redon, peintre des *Fleurs du mal,* voulut rompre avec ce passé et se souvint peut-être de Lord Byron pour qui ce vin «chassait le spleen» : le nom de Chasse-Spleen s'imposa. Autre temps, autre propriétaire, Céline Villars-Foubet, avec son mari, Jean-Pierre Foubet, fait rayonner le château. Leur collection d'art contemporain y a pris place, comme ici, les *Invendus-bottes,* de Lilian Bourgeat.

Elles s'épousent, mais s'ignorent. Drôle de couple… C'est pourtant ainsi que vont les choses, depuis que deux clochers se sont querellés pour une raison qui se perd dans l'histoire des appellations. Moulis et Listrac appartiennent pourtant à la même chapelle, portent les mêmes fruits, cabernet-sauvignon et merlot, à moins que ce ne soit merlot et cabernet-sauvignon. C'est selon que le sol possède plus d'argile et de calcaire ou de graves pyrénéennes, ces cailloux bienfaiteurs du raisin qu'une montagne et un fleuve ont extraits des entrailles de la terre et qui accentuent le terroir des deux villages du Médoc. Moins courues que leurs compagnes de route, celles de la D2, les appellations cumulent à peine plus d'un millier d'hectares.

DES RAISINS DANS LE VENT

Deux miniatures dont l'une, Moulis, adoubée par décret en 1938, est le plus vieux village à obtenir une AOC. Les vins de Listrac sont plus jeunes, longtemps vendus sous la bannière Haut-Médoc, ils ont quitté le bateau pour voguer sous le drapeau Listrac-Médoc à la fin des années 50. Liées l'une à l'autre par une frontière ténue que certains domaines limitrophes ont franchie, ces cousines germaines des grandes AOC médocaines ont des profils en miroir. Listrac possède le point culminant du Médoc à 43 mètres, parfait pour la ventilation des raisins aussi aérés que ceux de Moulis, dont le nom vient de "moulin". Celle-ci profite d'un petit mont nommé Grand Poujeaux, alors que le plateau de sa voisine est le Fourcas. Les sols ont la même origine et, à l'œil, c'est un défi de les reconnaître.

Situées entre Margaux et Saint-Julien, sans accès direct au fleuve, les communes ont été les laissées-pour-compte du classement de 1855. Aucun Grand Cru en porte-étendard ne vient installer la réputation mondiale du couple.

Enfin, au pays du raisin rouge, quelques blancs s'égarent. C'est que le sauvignon autrefois vinifié de conserve avec les raisins rouges était fort prisé. Les plus audacieuses des propriétés, conscientes de l'enjeu, ont repris la coutume : Fonréaud, Fourcas Hosten, Chasse-Spleen, Maucaillou, Clarke… Tout le monde s'accorde sur la qualité de cette originalité médocaine.



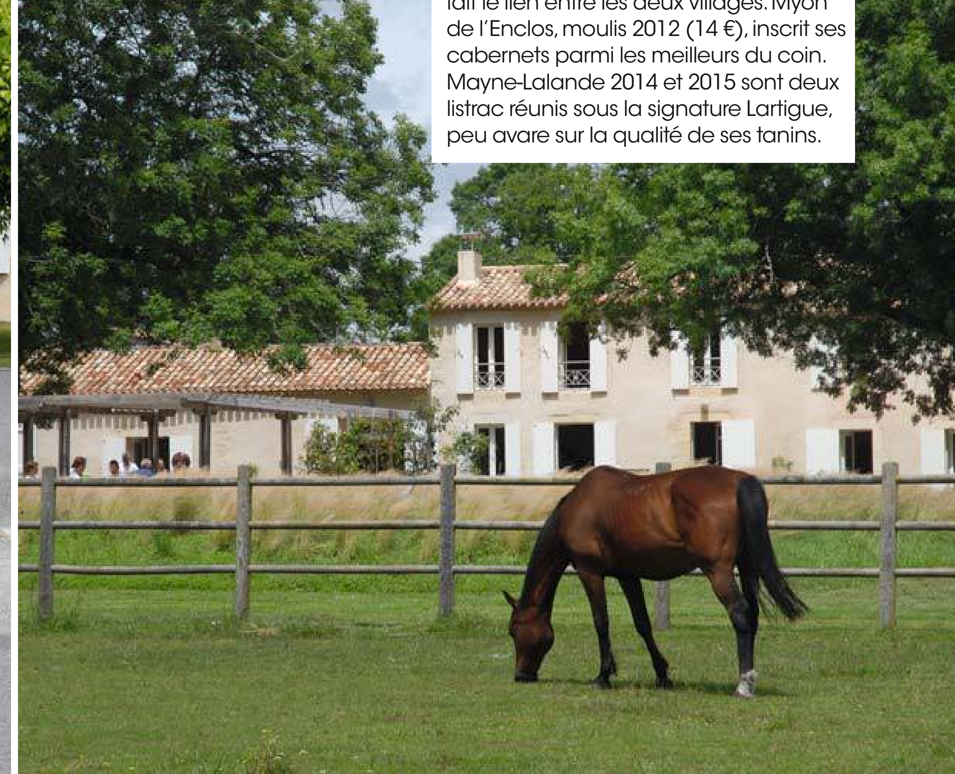


Deux églises qui n'ont pu unir leurs fidèles sous une bannière commune pour des querelles de clocher. Celle de gauche, à Moulis, date du XIIe siècle. Celle de droite, située juste à l'entrée du château Fourcas Hosten à Listrac, possède un chœur roman du XIIe et un clocher daté du XVIe siècle.

LISTRAC ET MOULIS
Château Mayne-Lalande

Il a fait de sa maison un lieu d'accueil baptisé Les 5 Sens, où l'on se repose au bord de la piscine face au pré, où deux chevaux batifolent, où les chambres ont le charme du classique, où le jacuzzi ouvert sur la nature fait oublier le reste. Ce lieu unique est aussi la maison de Bernard Lartigue, elle est à l'extrême est du vignoble de Listrac. Après, les landes s'échappent vers l'Océan. L'atout du domaine, c'est aussi son vignoble en petits morceaux, qui ne facilitent pas la chose vigneronne mais rendent l'assemblage évident. Avec des bouts de terre un peu partout, Bernard Lartigue fait le lien entre les deux villages. Myon de l'Enclos, moulis 2012 (14 €), inscrit ses cabernets parmi les meilleurs du coin. Mayne-Lalande 2014 et 2015 sont deux listrac réunis sous la signature Lartigue, peu avare sur la qualité de ses tanins.


Bernard Lartigue





LISTRAC ET MOULIS
Château Lestage et Fonréaud

À la tête de deux propriétés, Lestage et Fonréaud, et d'une poignée d'étiquettes classiques connues de tous, la famille Chanfreau passe un cap. La quatrième génération arrivant sur les propriétés, le chai de Lestage rénové, son château *(ci-dessous)* reprend du galon et l'agriculture durable s'installe peu à peu sur l'ensemble des 90 hectares.
Fonréaud 2015 est radieux, on l'attendra avec Lestage 2014 (14 €) juste croquant ou avec le Clos des Demoiselles 2015, listrac de velours, ou encore Chemin Royal 2014 (14 €), bien en équilibre sur un bouquet épicé.
Petit aparté et succès de la famille : *Le Cygne* de Fonréaud, sémillon séduisant qui renoue avec la tradition des médocs blancs. Lancé par la famille en 1989, il est devenu la carte de visite gourmande de la famille Chanfreau, Marie-Hélène, Guillaume, Jean, Caroline et Loïc *(de gauche à droite sur la photo).*



Notre sélection

Grand Listrac
Listrac-Médoc 2012 – 9 €
La cave coopérative de Listrac fait le lien entre les deux appellations, qu'elle produit. Le 2012 offre un fruit croquant et net, mais qui manque un peu de matière. C'est un bon bordeaux avec les notes de cassis et des tanins bien extraits. La concentration n'est pas la qualité première de ce vin, plutôt sur la fluidité.

Château Saransot-Dupré
Listrac-Médoc 2012 – 13,50 €
Le fruit est croquant avec une matière souple et délicate et des tanins présents sur une petite touche de cassis. L'assemblage reprend celui initial de 1957, année de l'AOC : merlot et cabernet franc dominants.

Château Haut-Bellevue
Moulis-en-Médoc 2014 – 15 €
Sur 2 ha de belles graves, les trois raisins, cabernet-sauvignon, merlot et petit verdot, sont plantés pour épicer l'assemblage. La couleur signe un vin mûr, de belle extraction, sans trop d'ardeur compte tenu du millésime. Le vin livre l'amplitude de ses tanins et la distinction parfaite de ses cabernets. Race et fraîcheur en finale.

Château Pomeys
Moulis-en-Médoc 2014 – 15 €
À partir de 10 ha de graves pyrénéennes, situées sur l'autre plateau vertueux de Moulis, à Bouqueyran, ce vin dont l'assemblage est dominé par le cabernet offre une parfaite finesse même si le bouquet peu développé marque le pas. La bouche rayonnante, souple et gourmande a des tanins langoureux, une structure épicée et une finale où le fruit revient.



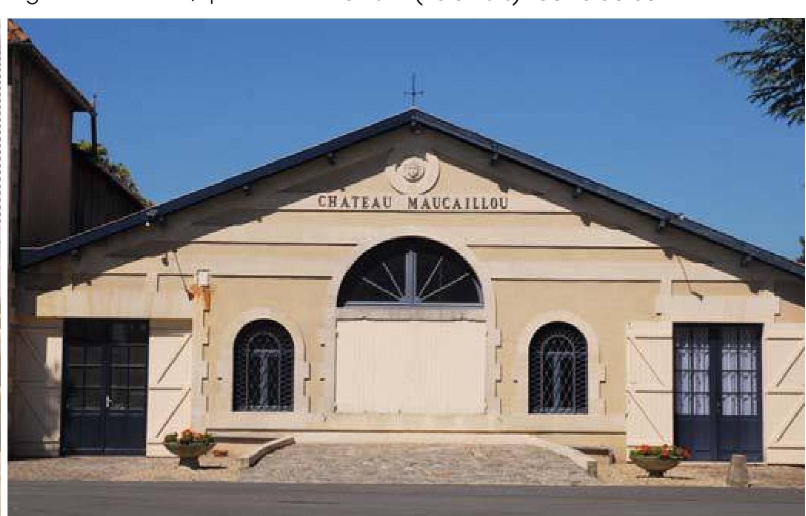
VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



MOULIS **_Château Maucaillou_**

Il est du dernier chic de faire redessiner les chais par un architecte célèbre. Cela donne au Médoc des allures de Napa Valley, la région viticole californienne. Dans ce bouleversement, des propriétés ont su conserver leur classicisme, comme Maucaillou, dont la bâtisse datant de la fin du XIXe fut offerte par le propriétaire de l'époque à sa femme. Échu au négociant Dourthe, qui un temps en fit son siège, le château dirigé par Pascal Dourthe offre une immersion totale dans une propriété viticole médocaine : chambres et table d'hôte, musée, visite des chais. Maucaillou en patois local signifie «mauvais caillou» impropre au blé, et donc parfait pour la vigne. Cela se confirme en 2015 : Maucaillou est un must. En l'attendant, le 2012 (15 à 20 €) vaut le détour.

Pascal Dourthe



LISTRAC **_Château Fourcas Hosten_**

Confortés par la qualité des derniers millésimes et l'accueil favorable des amateurs, Renaud et Laurent Momméja, les frangins propriétaires de la superbe propriété de Fourcas Hosten, marchent vers les sommets. Si les sirènes de la renommée ne chantent pas encore vraiment les louanges de Listrac, certains crus ont hissé leur cabernet au rang des meilleurs. Et même si les prix ont doublé depuis le rachat, le vin reste encore à un prix plaisir à se damner. La cinquantaine d'hectares du début a été remembrée et replantée, laissant une place pour un blanc encore confidentiel. Pour lui, Martine, l'intendante du château, prépare des potions, la culture bio est dans l'air. Le 2015 à 14,50 € est une affaire et le 2014, bien sous toutes les coutures, pourra l'attendre.



Patrice Pagès

LISTRAC ***Château Fourcas Dupré***

L'Afrique du Nord a donné au Médoc une société vigneronne qui a trouvé sur cette terre de quoi exporter un savoir-faire acquis en Algérie et en Tunisie. C'est de là que vient la famille Pagès qui, après un court passage dans le Gers, souhaitait une propriété classique pas ostentatoire. Planté sur une croupe de graves réputée, le vignoble couvre 44 hectares en un seul morceau. Patrice Pagès à sa tête instille une âme classique et sérieuse au vin qui, avec le temps, prend la douceur des beaux cabernets du médoc. Les prix restent sages : 15 € pour le 2012, 13 € pour le 2013 et 12 € en primeur pour un 2015 à l'équilibre parfaitement tendu.



Renaud Momméja

Notre sélection

Château Cap Léon Veyrin

Listrac-Médoc 2012 – 15 €

Voilà un 2012 épanoui dans son costume de millésime élégant et franc, sans extravagance. Les tanins restent fins et croquants. On garde le souvenir d'un fruit intense et gorgé de matière. Un vin sur la profondeur, où le fruit du merlot domine.

Château Mauvesin Barton

Moulis-en-Médoc 2014 – 16 €

Mélanie Sartorius produit ici un vin à dominante merlot issu d'une vinification parcellaire pour plus de précision dans la maturité des fruits. La matière est intense, ce qui n'empêche pas les tanins de s'assouplir pour devenir plus poudrés dans le milieu de bouche. L'élégance et la profondeur des meilleurs médocs percent derrière la jeunesse.

Château Moulin à Vent

Moulis-en-Médoc 2014 – 17 €

Le nom du cru prouve la qualité du terroir de Moulis parfaitement aéré. La concentration de la robe est extra, avec des nuances pourpres. Presque confit, le nez est exubérant sur des notes de fruits et une pointe de violette assorties d'un joli boisé. Assez moderne dans la définition de sa structure, le vin reste frais en finale.

Château Anthonic

Moulis-en-Médoc 2014 – 19,90 €

Dans l'assemblage on distingue une forte pression du merlot. Logique compte tenu de la géologie de la propriété à dominante argilo-calcaire. Le nez est ferme sur un palais plus longiligne que sphérique, où tout se joue dans les tanins précis, élégants et distingués.







VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

Notre sélection

Château Fourcas Borie
Listrac-Médoc 2012 – 20 €
La propriété est née de la réunion de deux anciennes exploitations par la famille Borie. Issu du plus joli des terroirs listracais, le vin offre une couleur dense. Au nez, des notes d'encens, une pointe fumée et des tanins costauds lui confèrent une stature gourmande, mais imposante.

Château Chasse-Spleen
Moulis-en-Médoc 2014 – 25 €
Malgré les millésimes bons ou moins bons, la qualité ne faiblit pas. C'est une gageure pour cette propriété de 100 ha. L'art contemporain est un fil conducteur pour une visite qui conduit à la dégustation d'un vin d'une précision parfaite, avec un fruit net et fin, une attaque nickel, un fondu naturel, des cabernets distingués.

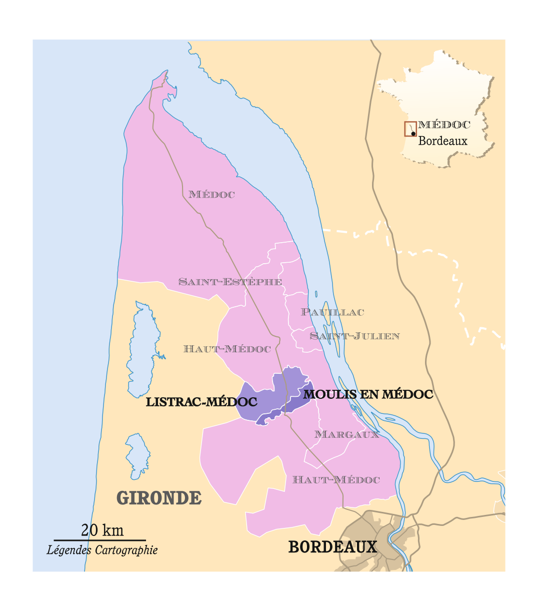
Château Clarke
Listrac-Médoc 2012 – 25 €
Chevalier irlandais, Tobie Clarke fut propriétaire du domaine en 1818. Racheté par la Compagnie vinicole baron Edmond de Rothschild, celui-ci compte 54 ha sur les argilo-calcaires de Listrac. Au nez sanguin avec une pointe de boisé répond la silhouette élancée plus verticale que sphérique.

Château Poujeaux
Moulis-en-Médoc 2014 – 25 à 30 €
Beaucoup de graves et donc beaucoup de cabernets-sauvignons pour la propriété des Cuvelier (Château Fouretet à Saint-Émilion). Un boisé intense sur une bouche polie et franche, aux contours finement dessinés d'une matière tannique riche et légèrement épicée, donne à Poujeaux des allures de premier de la classe.





Neuf Triangles dansants, une installation de l'artiste suisse Felice Varini au chai du Château Chasse-Spleen.





Une table idéalement située sur la route des châteaux, ***La Gare gourmande,*** à Labarde.

CARNET DE ROUTE

Les Cinq Sens
Les Cinq Sens, c'est la structure d'accueil de Mayne-Lalande, une petite propriété viticole à la lisière des Landes. Cinq chambres d'hôtes, une piscine entourée de stipas, sauna, jacuzzi et le vin du propriétaire pour pimenter le séjour. Chambres de 102 à 180 €.

La Gare gourmande
La Gare gourmande, un restaurant dans une mini-gare, c'est déjà un atout curiosité. À Labarde, sur la route des châteaux, le chef est jeune et curieux du produit de saison. Cela donne une petite carte simple, mais inventive pour une halte. Menus de 25 à 38 €.

Le Lion d'or
Impossible d'évoquer une visite de vignoble sans une pause qui pourrait s'éterniser… à la table du *Lion d'or,* à Arcins. Petit restaurant au bord de la route, mais grande table vigneronne. Menu 18 €.

Charcuterie Cyril Gassian
Si vous ramenez du vin, n'oubliez pas le grenier médocain, une charcuterie du coin. Le meilleur est chez Cyril Gassian, le charcutier de Castelnau-de-Médoc, spécialiste de produits à base de panse de porc.

Château Chasse-Spleen
Pour vivre une expérience sensationnelle immergé dans l'art contemporain en visitant l'une des plus célèbres propriétés du Médoc, rendez-vous au Château Chasse-Spleen. 8 € la visite.

Château Fourcas Hosten
Le Château Fourcas Hosten s'ouvre à l'œnotourisme : visite des chais et du parc, dégustation. 8,50 €.

Carte : CVF / Légendes Cartographie

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

Dans ces pages, tous les prix sont donnés à titre indicatif.

PETITS DÎNERS DE RENTRÉE

Le retour des vacances rime aussi avec envie de retrouver les amis et de prolonger ainsi la belle saison autour de tablées conviviales… même si le temps vous manque, même si l'été a grevé votre budget ou si vos convives sont végétariens…

Photos : Nathalie Carnet - réalisation et stylisme : Audrey Cosson - recettes : Sophie Menut - accords vins : Karine Valentin



Je n'ai pas le temps !

J'ai des amis veggies

Je n'ai plus d'argent…



JE N'AI PAS LE TEMPS !

À la rentrée, bousculé par les multiples choses à régler, on dispose de peu de temps pour cuisiner… Mais avec un zeste d'organisation et une petite pincée d'imagination, vous aurez le plaisir de régaler vos amis grâce à nos trois recettes à préparer en moins d'une heure.

Salade d'épinards aux pommes, caviar de betterave

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 20 min
Cuisson : 2 min

POUR 4 PERSONNES
200 g de pousses d'épinard (en sachet tout prêt) • 2 pommes rouges • 1 cœur de céleri branche • 50 g de noisettes mondées • 1 petite betterave cuite • 15 cl de fromage blanc • le jus de 1 citron • 1 brin d'aneth • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 2 cuil. à soupe de moutarde à l'ancienne • 1 cuil. à soupe de miel liquide • 2 cuil. à soupe de Melfor (ou, à défaut, de vinaigre de cidre) • sel • poivre

1 **Préparez le caviar :** pelez la betterave. Coupez-la en morceaux et mettez-les dans le bol d'un robot. Ajoutez le fromage blanc, l'aneth et la moitié du jus de citron. Salez, poivrez et mixez pas trop finement. Réservez au frais.

2 **Torréfiez** les noisettes 2 min dans une poêle à sec.

3 **Lavez et essuyez** les pommes. Évidez le cœur à l'aide d'un vide-pommes. Détaillez les fruits en lamelles et recoupez-les en bâtonnets. Arrosez-les du reste de jus de citron.
Lavez le cœur de céleri et coupez-le en fines lamelles.

4 **Préparez la vinaigrette :** dans un bol, mélangez la moutarde avec le Melfor, le miel, sel et poivre. Versez l'huile en émulsionnant à la fourchette.

5 **Dans un grand saladier,** mélangez les pousses d'épinard avec les pommes et le céleri, arrosez de vinaigrette et parsemez des noisettes grillées.
Servez rapidement la salade avec le caviar de betterave.



Crevettes au curry et concombre au gingembre

FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 20 min
Cuisson : 15 min

POUR 4 PERSONNES
500 g de crevettes roses cuites décortiquées surgelées • 1 concombre • 1 tomate • 1 oignon frais (cébette) • 25 g de gingembre frais • 30 cl de lait de coco • 2 cuil. à soupe de curry en poudre • 2 cuil. à soupe de graines de sésame • 3 cuil. à soupe d'huile neutre • 1 cuil. à soupe d'huile de sésame • le jus de 1/2 citron • 3 brins de coriandre • sel • poivre

1 **Lavez** le concombre. Sans le peler, prélevez de fines bandes dans la longueur en tournant autour du cœur, au couteau-économe ou à la mandoline. Arrêtez lorsque vous sentez les pépins. Salez les rubans et réservez.

2 **Pelez** le gingembre et râpez-le. Lavez l'oignon et la tomate, coupez-les en morceaux. Mixez-les dans un petit robot avec la moitié du gingembre.

3 **Dans une sauteuse,** faites chauffer 2 cuillerées d'huile neutre et faites-y revenir le hachis tomate-oignon 3 min. **Ajoutez** le curry et le lait de coco, un peu de sel. Poursuivez la cuisson encore 5 min. Ajoutez les crevettes encore surgelées et prolongez la cuisson 5-6 min.

4 **Pendant ce temps,** mélangez le reste du gingembre avec l'huile neutre restante, l'huile de sésame, le jus de citron dans un saladier en fouettant. Salez, poivrez, ajoutez les rubans de concombre et mélangez délicatement. **Faites torréfier** les graines de sésame à sec dans une poêle. Ajoutez-les au concombre.

5 **Répartissez le curry** dans des assiettes, décorez de coriandre effeuillée. Servez avec le concombre et éventuellement du riz basmati.

Figues rôties, chocolat, noix, glace au lait d'amandes

FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 15 min
Cuisson : 12 min

POUR 4 PERSONNES
12 figues • 12 carrés de chocolat noir • 12 cerneaux de noix • 25 cl de glace au lait d'amandes (Picard ou autre)

1 **Préchauffez** le four à 180°. Faites un peu torréfier les noix à sec dans une poêle.

2 **Lavez les figues.** Éliminez 1 cm en haut de chaque fruit et incisez-les en croix. Glissez dans chaque entaille un cerneau de noix et un carré de chocolat. **Disposez les figues** dans un plat à four et enfournez pour 10 min.

3 **Servez** 3 figues chaudes par personne avec une belle boule de glace.

L'idée recette

Figues au vin rouge

Si vous avez la chance d'avoir un figuier, voici une autre recette pour les accommoder : dans une petite casserole, versez **1/2 bouteille de vin rouge** sur **8 figues entières,** ajoutez **2 cuil. à soupe de miel** et laissez cuire 10 min. Égouttez les fruits, continuez la cuisson pour que le liquide devienne sirupeux. Versez sur les figues et dégustez à température ambiante.

DÉCOUVREZ NOTRE ACCORD VIN EN FIN DE DOSSIER



JE N'AI PLUS D'ARGENT…

Bien recevoir avec seulement quelques dizaines d'euros en poche, sans passer par la case pâtes ou riz, pari fou ? Pas du tout ! Démonstration en 4 recettes préparées avec des ingrédients pas chers et faciles à trouver. Soignez la présentation, vos amis seront bluffés.

Rillettes de maquereau

Prêt à l'avance

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 15 min
Cuisson : 5 min
Réfrigération : au moins 30 min

POUR 4 PERSONNES
400 g de filets de maquereau levés par votre poissonnier • 80 g de beurre mou • 2 cuil. à soupe de moutarde de Meaux à l'ancienne • 6 brins de ciboulette • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 2 cuil. à soupe de vinaigre de cidre (ou de Melfor) • 1 cuil. à café de cumin en poudre • sel • poivre du moulin

1 Faites saisir les filets de poisson dans une poêle antiadhésive à l'huile pendant 3 min. Retirez-les à l'écumoire. Déglacez la poêle avec le vinaigre en grattant le fond à la spatule. Laissez refroidir les filets.

2 Rincez et épongez la ciboulette, ciselez-la. Dans un plat creux, écrasez grossièrement le poisson refroidi à l'aide d'une fourchette.
Ajoutez le beurre mou, la moutarde, la ciboulette, le jus déglacé, le cumin, sel et poivre. Mélangez bien, couvrez les rillettes de film étirable et placez au réfrigérateur au moins 30 min.

3 Pour servir, moulez les rillettes à l'aide de 2 cuillères à soupe pour confectionner des quenelles. Posez dans chaque assiette 2 quenelles. Accompagnez de tranches de pain de campagne grillées.

L'idée + de CVF

Vous pouvez disposer autour des quenelles de rillettes des rubans de carotte crue ou quelques feuilles de betterave.



Navets confits

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 10 min
Cuisson : 40 min

POUR 4 PERSONNES
12 petits navets • 30 g de sucre • 2 brins de thym • 30 g de beurre • sel • poivre

1 Pelez les navets. Faites-les précuire dans une casserole d'eau bouillante pendant 10 min. Égouttez-les.
2 Faites chauffer le beurre dans une sauteuse et disposez les navets. Poudrez de sucre et laissez un peu caraméliser 3 min en les retournant souvent.
3 Mouillez les navets avec 15 cl d'eau, ajoutez le thym, salez, poivrez et laissez confire à couvert 25 min à feu très doux.
Si l'ensemble attache, rajoutez un peu d'eau. Rectifiez l'assaisonnement avant de servir.

Poitrine de porc fondante au four

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 20 min
Marinade : 12 h
Cuisson : 3 h 10

POUR 4 PERSONNES
1 morceau de poitrine de porc d'environ 1 kg • 125 g de germes de haricots mungo (souvent appelés à tort germes de soja) • 1 dizaine de radis • 3 cuil. à soupe de sauce soja • 3 cuil. à soupe de miel • 2 cuil. à soupe de vinaigre balsamique • 1 gousse d'ail • 100 g de gros sel • 1 cuil. à café de baies roses • 15 g de poivre noir en grains

1 La veille, mélangez le gros sel et le poivre. Étalez un tiers de ce mélange dans un plat, posez la poitrine dessus. Recouvrez du reste du mélange et laissez mariner au frais au moins 12 h.
2 Le lendemain, préchauffez le four à 130°. Pelez l'ail, pressez-le et mélangez-le dans un bol avec le miel, le vinaigre et la sauce soja. Ôtez le sel et le poivre de la viande et essuyez-la dans du papier absorbant. Posez-la sur une grande feuille de papier cuisson, versez dessus le contenu du bol. Emballez hermétiquement la poitrine. Remettez-la dans le plat où elle a mariné et enfournez pour 3 h.
3 Retirez alors le papier cuisson et montez la température du four à 210°. Laissez la viande dorer 10 min.
4 Pendant ce temps, lavez les radis et coupez-les en fines rondelles, mélangez-les avec les germes de mungo.
Juste avant de servir la poitrine entière à table, répartissez le dessus avec les radis et les germes et parsemez de baies roses.

L'astuce de CVF

S'il en reste, coupez la viande en lamelles et faites-les griller à sec dans une poêle bien chaude.

Beignets à la ricotta

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 15 min
Cuisson : 4 min

POUR 4 PERSONNES
250 g de ricotta • 3 œufs • 60 g de sucre en poudre • 1 citron bio • 25 g de farine • 30 cl d'huile pour friture • 30 g de sucre glace

1 Cassez les œufs en séparant les jaunes des blancs. Battez les blancs en neige ferme.
Rincez le citron et râpez finement son zeste.
2 Dans une jatte, fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre en poudre. Ajoutez la ricotta, la farine et le zeste, puis délicatement les blancs en neige.
3 Faites chauffer l'huile dans une sauteuse. Faites-y tomber des cuillerées de pâte en les espaçant. Faites cuire 1 à 2 min de chaque côté. Égouttez les beignets sur du papier absorbant. Poudrez de sucre glace et servez.

DÉCOUVREZ NOTRE ACCORD VIN EN FIN DE DOSSIER



J'AI DES AMIS VEGGIES

On n'a pas toujours besoin de viande ou de poisson pour se régaler. Se mettre au vert en cuisine, ça fait du bien. Pour vous en convaincre, suivez nos recettes très «digestes» et découvrez que, loin d'être un casse-tête, ici ce sont l'équilibre et le goût qui priment !

Dips végétaux

FACILE ET BON MARCHÉ Préparation : 3 x 10 min

À servir avec des gressins et des bâtonnets de légumes crus

Tout vert

POUR 1 BOL

5 brins de basilic • 10 brins de cerfeuil • 1 poignée de roquette • 1 morceau de parmesan de 50 g • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel • poivre

Rincez et séchez les herbes, effeuillez-les. Mettez dans le bol d'un robot avec les autres ingrédients. Mixez très fortement de façon à obtenir une sauce crémeuse. Si elle vous semble trop épaisse, rajoutez un peu d'eau.

Tout blanc

POUR 1 BOL

250 g de pois chiches cuits (en boîte) • 2 cuil. à soupe de purée d'amandes (magasins bios) • le jus de 1 citron • 1 gousse d'ail • 2 cuil. à soupe d'huile de sésame • sel • poivre

Pelez l'ail et dégermez-le. Rincez les pois chiches et égouttez-les. Mettez ces éléments dans le bol d'un mixeur avec les autres ingrédients. Mixez très fortement pour obtenir une purée lisse. Si elle vous semble trop épaisse, rajoutez un peu d'eau.

Tout rouge

POUR 1 BOL

1 poivron rouge • 1 oignon • 10 cl de crème liquide • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 1 cuil. à café de paprika • sel • poivre

Lavez le poivron et émincez-le en l'épépinant. Pelez et hachez l'oignon. Dans une sauteuse, faites-les revenir à l'huile. Au bout de 5 min, versez la crème, le paprika, sel et poivre et laissez cuire encore 10 min. Mixez fortement. **Réservez** les 3 bols au frais jusqu'au moment de servir.



Soupe au pistou

ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 40 min
Cuisson : 1 h 05

POUR 4 PERSONNES
80 g de petites pâtes (type coquillettes ou macaronis) • 2 carottes • 2 courgettes • 150 g de haricots blancs écossés • 150 g de haricots verts • 1 poireau • 1 oignon • 1 gousse d'ail • 2 cuil à soupe d'huile d'olive • sel • poivre
POUR LA SAUCE AU PISTOU : 2 tomates • 2 gousses d'ail • 5 brins de basilic • 10 cl d'huile d'olive • 100 g de parmesan fraîchement râpé

1 **Lavez** tous les légumes. Pelez et émincez l'oignon et l'ail. Ciselez finement le poireau. Pelez les carottes et coupez-les en petits cubes. Détaillez également les courgettes en dés. Équeutez les haricots verts.
2 **Dans un faitout,** faites chauffer les 2 cuillerées d'huile et faites revenir le poireau, l'oignon et l'ail 5 min. Ajoutez alors tous les légumes sauf les haricots verts. Versez de l'eau à hauteur, salez, poivrez et laissez sur feu doux environ 45 min.
3 **Passé ce temps,** ajoutez les haricots verts puis les pâtes. Continuez la cuisson encore 15 min.
4 **Pendant la cuisson** de la soupe, préparez le pistou : ébouillantez les tomates 20 secondes pour les peler facilement. Coupez-les en 2 et pressez-les légèrement avec la main pour les épépiner, concassez la chair.
Rincez et séchez le basilic, effeuillez-le. Pelez les gousses d'ail et dégermez-les si besoin. Pilez ces ingrédients dans un mortier en versant l'huile petit à petit. Ajoutez enfin le parmesan et les tomates. Mélangez et versez le pistou dans un grand bol.
5 **Servez la soupe** fumante accompagnée de pistou, chaque convive s'en servira à sa convenance.

Gâteau aux pignons de pin

FACILE ET ASSEZ BON MARCHÉ
Préparation : 15 min
Cuisson : 30 min

POUR 6 PERSONNES
100 g de pignons de pin • 4 œufs • 1 orange bio • 1 citron bio • 125 g de sucre blond • 125 g de farine • 1/2 sachet de levure chimique • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • 2 cuil. à soupe de Grand Marnier • 3 cuil. à soupe de sucre glace • 20 g de beurre (pour le moule)

1 **Préchauffez** le four à 180°. Beurrez un moule à manqué.
Dans un grand saladier, fouettez les œufs et le sucre blond au batteur électrique jusqu'à ce que le mélange double de volume.
2 **Dans un grand bol,** mêlez la farine et la levure et tamisez l'ensemble au-dessus des œufs.
Lavez et essuyez le citron et l'orange. Râpez leurs zestes au-dessus du saladier. Versez la liqueur et l'huile, et mélangez l'ensemble.
3 **Versez la pâte** dans le moule et enfournez pour 20 min.
Sortez le gâteau du four, répartissez dessus les pignons et enfournez à nouveau pour 10 min
4 **Avant de servir,** poudrez de sucre glace et accompagnez d'une compotée de pêches.

L'idée recette
Compotée de pêches

Pelez **8 pêches,** dénoyautez-les et coupez-les en grosses lamelles. Dans une casserole, portez à ébullition 30 cl d'eau avec les graines de **1 gousse de vanille.** Ajoutez **1 petite poignée de feuilles de verveine** et **4 cuil. à soupe de sucre.** Faites cuire 5 min, puis filtrez ce sirop dans une passoire fine au-dessus d'une autre casserole. Faites-y pocher les lamelles de pêches 5 min. Égouttez-les rapidement pour qu'elles gardent un peu de sirop et servez à température ambiante.

DÉCOUVREZ NOTRE ACCORD VIN EN FIN DE DOSSIER

3 VINS POUR LA RENTRÉE

Un seul vin de l'entrée au dessert pour chacune de nos ambiances, c'est possible ? Voici notre trio gagnant.

Texte : Karine Valentin





Pour gourmets pressés

Vinho Regional Peninsula de Setubal, **Vinhas Da Comporta,** 2014 - *5,45 €*

Le bon vin se trouve parfois à la supérette ! Une manière pratique de découvrir l'originalité du vignoble du Portugal qui, au-delà de ses vins mutés, produit des rouges et des blancs secs sur différentes zones du pays. Au sud de Lisbonne, la région de Setubal donne des vins équilibrés grâce au souffle océanique. Celui-ci possède en plus des notes de fenouil, d'agrumes et une belle tension finale. Un vin de soif acidulé, à se procurer au moment des courses pour le dîner. *Magasins U*

À prix doux

IGP Méditerranée, Domaine de Berne, *Hommage*, 2015 - *3,95 €*

Le Château de Berne, vaste entité œnotouristique provençale, est derrière l'étiquette hommage à la Belle Époque de ce rosé simple, sans prétention, mais assez frais pour courir sur l'ensemble du repas et bien arrondi sur sa matière pour assouplir le cochon de notre plat. Issu de grenache et cinsault, la matière souple succède à un bouquet acidulé avec des notes d'agrumes, donnant au vin son caractère léger. Une finale sur l'amertume est indispensable pour rafraîchir l'accord et tenir tête aux navets. *Au Domaine*

Spécial veggies

Bouzeron «Clos de la Fortune» Monopole, Maison Chanzy, 2015 - *14 €*

Un vin croquant pour les copains qui ne jurent que par le chardonnay bourguignon. La découverte de cet aligoté, que d'aucuns réservent uniquement au kir du chanoine du même nom, ravira ces prétentieux ! Celui-ci est né à Bouzeron, où le raisin est devenu un cru. Et en monopole entre les mains de l'aguerri Jean-Baptiste Jessiaume, cela donne une présence racée et distinguée sur une finesse acidulée, capable de s'assortir à l'ensemble des recettes de légumes. *Au Domaine*

Photos : Thierry Legay

LES MERVEILLEUX FRAMBOISE
d'Angelo Musa du Plaza Athénée à Paris

Photos : Laurent Rouvrais - texte : Sophie Menut



Pour inaugurer notre nouvelle rubrique, le talentueux chef pâtissier de l'hôtel Plaza Athénée à Paris vous livre sa recette en pas à pas. Suivez ses conseils pour pouvoir proclamer : c'est moi qui l'ai fait !

Le conseil de CVF
Lisez une fois au moins la recette avant de vous lancer. Si vous suivez à la lettre les différentes étapes de la réalisation, succès garanti !

Le matériel
- 2 moules en silicone demi-sphère diamètre 6 (Silikomart, réf. SF003)
- Un thermomètre à sucre
- Des poches à douilles jetables
- Un tapis de cuisson en silicone.

DÉLICAT ET ABORDABLE
Préparation : 1 h 30 - Cuisson : 1 h 30
congélation : 2 h + 2 h



POUR 6 MERVEILLEUX

LES MERINGUES SUISSES AUX AGRUMES : 2 blancs d'œufs ● 50 g de sucre en poudre ● 50 g de sucre glace ● les zestes râpés de 1/2 orange, 1/2 citron vert et 1/2 citron jaune bios ● 1 pincée de sel
LA COMPOTE DE FRAMBOISES : 125 g de framboises ● 125 g de purée de framboises ● 150 g de sucre en poudre ● le jus de 1/2 citron jaune ● le jus de 1/2 citron vert ● 1 cuil. à café de pectine ou de Vitpris (Alsa)
LA CRÈME AU BEURRE : 200 g de beurre mou ● 5 cuil. à soupe de lait ● 1 œuf ● 30 g de sucre en poudre ● 50 g de pâte de pistaches (magasins bios)
LES MERINGUES À FROID : 1 blanc d'œuf ● 2 cuil. à soupe de miel liquide ● 2 cuil. à soupe de glucose ● 4 biscuits roses de Reims ● 1 pointe de couteau de colorant alimentaire en poudre rose foncé

1 Préparez la meringue suisse. Mettez les blancs d'œufs dans un saladier en inox (cul-de-poule) avec le sel et le sucre en poudre. Placez-le dans une casserole remplie d'eau et laissez chauffer le mélange jusqu'à obtenir une température de 55° en fouettant sans cesse.
Ôtez du feu et continuez de fouetter jusqu'à ce que la neige refroidisse et double de volume.
Préchauffez le four à 90-100°, chaleur tournante. Incorporez très délicatement les zestes des agrumes et le sucre glace dans la neige.
2 Placez la meringue dans une poche à douille lisse n° 12. Déposez 6 tas de meringue sur une feuille de cuisson en silicone placée sur une plaque à four. Enfournez pour 1 h 20. Laissez refroidir dans le four porte entrouverte.
3 Préparez la compote de framboises. Dans une casserole, faites chauffer la purée de fruits avec les framboises fraîches, la moitié du sucre et le jus de citron jaune. Lorsque les framboises commencent à s'écraser, ajoutez le sucre restant mélangé à la pectine et continuez la cuisson 5-6 min jusqu'à ce que l'ensemble épaississe et se lie. Ajoutez le jus de citron vert. Réservez au frais.
4 Préparez la crème au beurre. Coupez le beurre en dés. Dans une petite casserole, fouettez le sucre avec l'œuf, puis versez le lait. Amenez à frémissements sans cesser de mélanger environ 5 min. Hors du feu, fouettez l'ensemble au batteur électrique entre 5 et 8 min pour descendre la température à 40°. Incorporez le beurre. Fouettez l'ensemble afin qu'il foisonne et devienne crémeux.
5 Préparez la meringue à froid. Faites chauffer le miel et le glucose au micro-ondes 5 secondes ou dans une petite casserole. Ajoutez-les au blanc d'œuf dans une jatte. Fouettez (batteur électrique) jusqu'à ce que le mélange fasse des pics et refroidisse complètement.
5 Dans un saladier, réunissez la crème au beurre et la pâte de pistaches, puis ajoutez délicatement la meringue refroidie. Placez cette crème dans 1 poche à douille lisse. Répartissez-la aux 3/4 des alvéoles de 2 moules à demi-sphères en silicone. Placez les 6 boules de meringue suisse refroidies dans 6 cavités en appuyant légèrement.
Dans l'autre moule, déposez l'équivalent de 1 cuillerée à café de compote de framboises dans chaque cavité. Placez les 2 moules au congélateur au moins 2 h.
7 Procédez au montage. Sortez les moules du congélateur. Retournez-en un sur l'autre pour former les merveilleux. Placez à nouveau au congélateur pour 2 h (ils seront plus faciles à démouler).
8 Passé ce temps, démoulez avec précaution les merveilleux. Réduisez en poudre les biscuits roses, mélangez-la dans une assiette au colorant. Passez délicatement les merveilleux dans la poudre rose et attendez environ 30 min avant de déguster.
NOTRE BON ACCORD : un champagne rosé.


Les blancs d'œufs bien fermes


Meringue + zestes d'agrumes + sucre glace


La meringue suisse disposée sur une plaque de cuisson


Purée de framboises + jus de citron + pectine


Crème œuf-sucre + beurre


Crème au beurre + meringue à froid + pâte de pistaches

La crème beurre-pistache dans un moule à demi-sphères


La confiture de framboises répartie dans les alvéoles


Les merveilleux roulés dans la poudre de biscuits

Les conseils d'Angelo

- Si vous trouvez du yuzu (agrume asiatique), ajoutez son jus à la place du citron vert dans la compote.
- Procurez-vous le matériel et les produits dignes d'un pro (glucose, colorant...) dans les boutiques Alice Délice ou Scrapcooking, sur Internet.
- Dans la crème au beurre, respectez les températures : beurre froid et crème anglaise à 40° afin d'obtenir un mélange bien crémeux.
- Si vous trouvez de la poudre d'or, trempez un pinceau sec dedans et soufflez dessus vers les merveilleux.

Les Magasins U

Foire aux vins

Du 20 septembre au 1er octobre

PLUS FOUILLÉE, AVEC DES RÉFÉRENCES QUE L'ON AIME À DÉCOUVRIR SANS PERDRE DE VUE LES GRANDS CLASSIQUES, LA GAMME DES MAGASINS U S'ÉTOFFE CETTE ANNÉE DE QUELQUES DÉCOUVERTES RADIEUSES. À VOUS DE CHOISIR…





MÉNETOU-SALON
Laurence Clément Première Lune 2015 - 8,50 €
Le sauvignon se signe dans ce vin d'une fraîcheur typique du fleuve avec la précision et la tension adossées à un volume sphérique et une finale verticale.

CHÂTEAUNEUF-DU-PAPE
Domaine de Cristia 2013 - 19,95 €
Superbement équilibrée la bouche de ce rouge possède race et distinction. Mais ce n'est pas tout : la finale intense laisse au palais une touche de réglisse.



SAINT-ÉMILION GRAND CRU
L'Ange de Ripeau 2014 - 10,95 €
Situé au cœur de l'un des meilleurs terroirs de Saint-Émilion, le Château Ripeau propose ce deuxième vin au joli boisé, à la touche florale et la matière en équilibre sur un volume bâti sur des tanins tendres.





RIESLING
Domaine Mittnacht, Les Fossiles 2015 - 10 €
La cuvée porte un nom prédestiné tant ce vin respire son sol, avec des effluves de pierre et de craie qui s'imbriquent dans les parfums d'agrumes. Pour amateurs de rieslings secs et précis, sans concession.

U LE COMMERCE QUI PROFITE À TOUS
magasins-u.com



PESSAC-LÉOGNAN
Le Baron de Rouillac
2014 - 12,75 €
Plus facile d'accès que d'autres, le deuxième vin du Château Rouillac n'impose rien, mais pose simplement de délicats fruits rouges, casssis et mûres sur une ambiance plus épicée. Assez long en bouche pour qu'on s'en souvienne.

VINHO REGIONAL PENINSULA DE SETUBAL
Vinhas da Comporta
2014 - 5,45 €
Moins cher qu'un billet d'avion et d'un rapport prix-plaisir imbattable, voilà un blanc portugais bourré de charme et de gourmandise qui vous transporte vers des saveurs exotiques.

PACHERENC DU VIC-BILH
Soupçon de givre
2014 - 8,95 €
Drôle de nom pour un vin moelleux aux saveurs de pâte de coing, de citron confit et d'angélique. Le meilleur plan pour se garantir d'avoir toujours une douceur à portée de main.



ANJOU
Nicolas Réau,
La vie est belle
2015- 8,50 €
L'équilibre est parfait, le vin gourmand et digeste. C'est un rouge que l'on boit plus que l'on ne le déguste, juste parce que le vigneron a pris soin de son raisin et de son sol en culture biologique.

SAINT-CHINIAN
Grand Canal
2015 - 6,95 €
Un nez généreux de blanc solaire pour ce vin qui se tend sur la belle acidité des grenaches blancs, avec juste en fin de bouche, le croquant d'une finale acidulée sur des notes de rhubarbe.

MARSANNAY
Maison Chanson
2014 - 15,90 €
La tension du pinot noir, le raisin rouge de Bougogne, signe une vinification parfaite de la part de la maison beaunoise qui affiche dans la trame de ce rouge la jolie distinction du sol bourguignon.



TAVEL, prince rose du Rhône



Avec son unique couleur à faire pâlir certains rouges, ce rosé-là se prête à tous les mariages.

Photos : Laurent Rouvrais - réalisation et stylisme : Judith Clavel
recettes : Pascale Mosnier - texte et accords vins : Karine Valentin

Cavalier seul, franc-tireur, indépendant, Tavel est quel que soit l'angle où l'on se place un vin unique… Totalement original dans le vaste univers des rosés conquérants, Tavel se rit des détracteurs de la couleur et ne se sirote surtout pas au bord d'une piscine avec des glaçons. Il préfère une place de choix à table. Vin caméléon qui sait se fondre sur les entrées, plats et desserts, les légumes, viandes et poissons, les fromages et les fruits, Tavel a le verbe haut quand il s'agit de parfumer un repas ensoleillé, même s'il se déguste toute l'année…

UN NATUREL FRAIS

Déjà au XIVe siècle, le pape Innocent VI chérissait les rosés de la villa Tavellis située entre l'oppidum de Roquemaure et Nîmes, pourtant Tavel reste sobre. Formant avec son voisin Lirac le couple de crus riverains du Rhône sur la droite, il sent le grenache majoritairement, mais aussi la syrah, le cinsault, le mourvèdre, le bourboulenc, la clairette et le picpoul.
Côté service, il est à son mieux entre 12 et 14° et, s'il supporte une petite année de garde, il n'en demande guère plus et c'est jeune qu'il exprime son meilleur fruit. Sa fraîcheur le met à son aise avec des salades mêlant fruits et légumes. Les poissons citronnés ne lui font aucun outrage car, enrobé du palais, il a le gras qui va. Le croquant émoustillant de son tanin léger lui laisse le loisir de s'acoquiner avec des viandes grillées. Enfin ses parfums de fruits font allégeance à des fromages de chèvre et si les fruits rouges l'encensent en dessert, les saveurs crémeuses l'acclament aussi. Complexe dans ses parfums, il offre un caractère affable prêt à satisfaire une salade d'été, un filet mignon, ou des fruits rouges qu'il embrasse de sa bouche suave. ■



Salade en vert et rouge

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 25 min
Cuisson : 10 min

POUR 4 PERSONNES
● **3 petites courgettes** ● **2 avocats** ● **1/2 chorizo fort** ● **2 cuil. à soupe de pistaches décortiquées** ● **1 bouquet de cerfeuil** ● **le jus de 1 citron** ● **3 cuil. à soupe d'huile d'olive** ● **sel** ● **poivre**

1 Lavez et essuyez les courgettes. Détaillez-les en très fines rondelles (à la mandoline si possible). Mettez-les dans un plat, arrosez-les de jus de citron et laissez-les mariner pendant que vous préparez le reste.
2 Ôtez la peau du chorizo, coupez-le en fines tranches. Poêlez-les rapidement à sec pour qu'elles soient croustillantes et perdent leur gras. Égouttez-les sur du papier absorbant.
3 Pelez et dénoyautez les avocats, coupez-les en gros dés. Arrosez du reste de jus de citron (pour éviter qu'ils ne noircissent). **Effeuillez** le cerfeuil. Torréfiez un peu les pistaches à sec dans une poêle, laissez-les refroidir et concassez-les au couteau.
4 Réunissez les courgettes, les avocats, le chorizo et le cerfeuil dans un saladier, salez, poivrez, versez l'huile, mélangez délicatement. Parsemez de pistaches et servez aussitôt.

Notre bon accord

Domaine des Carabiniers
2015 - 11,30 €

Avec ses raisins ramassés la nuit pour plus de fraîcheur, ce tavel, issu de la biodynamie, montre une robe qui tire sur l'orangé. Il possède d'ailleurs un très joli parfum d'écorce d'orange pour un nez franc et original, moins prévisible que certains rosés dans ses arômes de fruits. En bouche, une note un peu cuir et des saveurs de réglisse annoncent une très belle complexité avec des tanins et des épices. Un vin léger suspendu à une superbe structure tannique qui se déguste toute l'année. *Au domaine.*

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



Filet mignon en croûte à l'italienne

ASSEZ FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 30 min
Cuisson : 40 min

POUR 4 PERSONNES
● 1 rouleau de pâte feuilletée ● 1 filet mignon de porc dodu mais pas trop long ● 4 très fines tranches de jambon de Parme ● 1 boule de mozzarella ● 4 brins de persil plat ● 1 jaune d'œuf ● 1 cuil. à soupe d'huile ● sel ● poivre

1 Faites chauffer l'huile dans une poêle, mettez le filet mignon à revenir à feu vif, en le retournant souvent pour qu'il soit uniformément coloré. Égouttez-le et laissez-le refroidir.
2 Préchauffez le four à 180°. Coupez la mozzarella en fines tranches. Rincez et séchez le persil, ciselez-le.
3 Déroulez la pâte avec son papier cuisson sur une plaque à four. Couvrez-la de tranches de jambon. Placez le filet au centre du disque de pâte, couvrez-le de rondelles de mozzarella, poivrez généreusement, salez peu (à cause du jambon), parsemez de persil.
Rabattez la pâte aux extrémités du filet, puis sur la longueur pour enfermer la viande. Pincez les bords entre les doigts. Badigeonnez la surface de jaune d'œuf battu et enfournez pour environ 30 min, la pâte doit être bien dorée. Servez très chaud.

Notre bon accord

Les Vignerons de Tavel *Cuvée Royale* 2015 - 8,80 €

D'une couleur plus soutenue que les autres, le vin évoque un rouge presque grenat, le nez avec une petite touche de bonbon reste sur les fruits rouges (fraise, framboise très mûre) avec une touche animale. En bouche, la violette est présente, avec des notes pâtissières et une acidité intéressante en finale. La structure, la rondeur et les épices sont tout indiquées pour notre filet. *Site Internet de la cave.*

Coupe sablée aux fruits rouges

TRÈS FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 10 min - Pas de cuisson

POUR 4 PERSONNES
● 6 gros sablés bretons ● 250 g de fruits rouges (fraises, framboises, groseilles, cassis …) ● 20 cl de crème épaisse (crue, si possible) bien froide ● 3 cuil. à soupe de sucre glace

1 Rincez rapidement les fruits rouges, équeutez-les, épongez-les dans du papier absorbant.
2 Concassez les biscuits en grosses miettes irrégulières avec les doigts. Mettez-les dans une grande coupe transparente. Couvrez de crème bien fraîche, poudrez-la de 2 cuillerées de sucre glace et répartissez les fruits rouges dessus.
À l'aide d'une petite passoire, voilez les fruits d'un nuage de sucre glace. Servez rapidement.

Notre bon accord

Domaine Moulin-la-Viguerie
***Les Falaises de Braise* 2015 - 11,30 €**

Plutôt floral, épicé et d'un rose charnu. Le charme de la fraise pour le grenache vinifié en rosé se double d'une belle tension en bouche au croquant de petits tanins désaltérants. Assez rond, gras et gourmand, comme tous les vins de 2015, mais avec cette touche en amertume qui réveille le dessert. *Au domaine.*



VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

Nos coups de cœur des FOIRES

Une sélection de vins volontairement dépouillée pour aller

Sélection et textes : Catherine Gerbod,

Pour les amis

Médoc Françoise et Stéphane Dief *Petit Manou* 2014 - 9,95 €
C'est le vin à partager autour d'une côte de bœuf grillée ou d'un repas improvisé. Il est tout en nuances et puissance maîtrisées. Sa mâche franche en fait un vin honnête et authentique, cherchant tout simplement à être bu avec plaisir. ***Auchan***

Bourgogne de charme

Maranges 1er Cru «La Fussière» Domaine Bertrand Bachelet 2014 - 17,50 €
Un vin délicat et subtil dans une appellation rare en foires aux vins. Il allie puissance et fermeté en bouche pour une finale qui s'allonge tout en rondeur. La souplesse de ses tanins en fait un vin qui accompagnera parfaitement le moelleux de suprêmes de volaille ou de tournedos Rossini. ***Auchan***

Solaire

Corbières Boutenac Château La Voulte-Gasparets, *Cuvée Romain Pauc* 2013 - 18,90 €
Le domaine chouchoute ses vieilles vignes de carignan qui fournissent la moitié des raisins de cette superbe cuvée. Un Languedocien bien structuré à la bouche ample et texture veloutée. Pour une selle d'agneau au romarin ou un bœuf bourguignon. À boire ou à garder. ***Auchan***

Liquoreux bio

Alsace pinot gris Sélection de grains nobles Domaine Engel 2013 - 14,95 €
Bel équilibre pour ce liquoreux entre concentration de saveurs sucrées de fruits confits et de brioche et la fraîcheur, avec un nez de silex et un palais à la fraîche acidité. Sur un dessert aux poires ou une panna cotta. ***Auchan***

Petit prix, grand plaisir

Côtes du Rhône Domaine Rouge Garance *Terre de Garance* 2015 - 5,95 €
Habituée de la sélection Carrefour, cette cuvée en bio nous séduit cette année encore. Un vin charnu aux notes ensoleillées de figue, fruits rouges, poivre, ni lourd, ni entêtant grâce à son équilibre. Super rapport qualité-prix, pour un tajine ou de l'agneau grillé. ***Carrefour***

Blanc à tapas

IGP Val de Loire Jérémie Mourat *Schiste Blanc* 2015 - 5,95 €
L'addition du cépage chenin et du sol de schiste blanc donne un vin très expressif (pamplemousse, fleurs blanches et fruits jaunes). Entre texture un peu grasse et tonicité, il est fait pour les apéros qui remplacent l'entrée. À lui saumon fumé, ceviches et tartares de poissons. ***Carrefour***

Chic à bon prix

Saint-Émilion Sélection Enrico Bernardo 2015 - 9,50 €
C'est l'un des quatre vins que le Meilleur Sommelier du monde 2004 signe pour un négociant bordelais avec l'idée de proposer des prix doux et un style moderne. Avec son fruit séduisant et ses tanins souples, celui-ci s'ouvre sur-le-champ. À goûter aussi le blaye en version «vin glouglou» à 4,95 €. ***Carrefour Market***

Doux artistique

Passito di Pantelleria Carole Bouquet 2014 - 26 € (50 cl)
L'actrice possède depuis 20 ans des vignes sur cette île au large de la Sicile. Elle y signe ce liquoreux issu de raisins passerillés (séchés sur de la paille). Une pure volupté aux saveurs de fruits confits, fruits secs, épices et miel, pour une jolie séance de dégustation. ***Carrefour Market***

AUCHAN

CARREFOUR

CARREFOUR MARKET



AUX VINS 2016 de 4 à 42 €

à l'essentiel avec des flacons touchants de franchise.

Marie-Astrid Pascal et Karine Valentin

Pour chasser le spleen

Corbières La Rougeante 2015 - 4,65 €

Si l'été fut maussade, on s'offre ce rouge languedocien plein de jus croquant, de soleil et de frivolité pour assurer la rentrée. Si l'été fut beau, on s'offre un gramme de douceur assortie d'une fraîcheur désaltérante et d'un parfum d'enfance. C'est le rouge bon pour le moral qu'on ouvre avant le repas et qu'on garde sur des grillades. ***Leclerc***

Sec artistique

Jurançon sec Domaine Cauhapé *Les Vignes de Silène* 2015 - 7,50 €

L'amplitude de ce vin, né sur les contreforts des Pyrénées, est due au soleil. Le terroir en pente lui donne son élégance, et l'intelligence, c'est celle du vigneron. Tendresse et intensité pour ce vin à ouvrir en apéritif et à garder sur une volaille. ***Leclerc.***

Bourgeois abordable

Haut-Médoc Cru Bourgeois Château de Malleret 2014 - 13,50 €

Ce n'est pas parce que ce haut-médoc s'ouvre dès qu'on a une petite envie qu'il est banal, bien au contraire : le Château reprend du galon depuis une paire de millésimes et signe des merlots mûrs sur le fruit et savoureux. Un rapport prix-plaisir intéressant. 10 ans de garde. ***Leclerc.***

Avec un artisto

Saint-Estèphe Le Marquis de Calon-Ségur 2014 - 20,95 €

Il vous faut trois bouteilles du second vin de Calon Ségur. Une à ouvrir rapidement, le millésime 2014, assez fin, supporte d'être défloré dans sa jeunesse. La deuxième, on l'ouvre parce que le cousin du marquis vient dîner et qu'elle sera parfaite sur une pièce de veau, et la troisième on l'oublie en cave 10 ans. ***Leclerc***

Consensuel

Pessac-Léognan Baron de Rouillac 2014 - 12,75 €

Repris en 2009, le Château de Rouillac hisse son niveau de qualité. Ce vin séduit par son équilibre entre ampleur aromatique, velouté de la texture et élevage très soigné. Le domaine s'engage dans des démarches environnementales : suppression des herbicides chimiques et adoption du labour avec des chevaux de trait. ***Magasins U***

La classe

Saint-Émilion Grand Cru Château Simard 2014 - 14,95 €

Au nez comme en bouche, la suavité et la finesse forgent la personnalité de ce vin aux tanins de velours. Il a de l'étoffe et de la persistance. Le domaine appartient aux mêmes propriétaires que le fameux Ausone. Il peut s'ouvrir dès maintenant ou se garder une huitaine d'années… ***Magasins U***

Copains

Anjou Nicolas Réau *La Vie est belle* 2015 - 8,50 €

Résolument joyeux, ce vin tout en fruits et en fraîcheur remplit bien l'engagement de son nom. S'il adopte un style fluide et rond, sans tanins accrocheurs, il ne manque ni de complexité ni de persistance. Servez-le autour de 16°. Il est bio et vinifié sans sulfites. ***Magasins U***

Le vin de connaisseur

Alsace Riesling Domaine Mittnacht frères *Les Fossiles* 2015 - 10 €

Les amateurs de rieslings secs et racés trouvent rarement de quoi combler leurs envies en foires aux vins. Ce vin va les contenter ! Issu de vignes en biodynamie dans un sol crayeux, il exprime un élégant caractère minéral et citronné avec une finale nette et salivante. Pour du poisson cru ou des gambas à la citronnelle. ***Magasins U***

LECLERC





MAGASINS U







Photos DR.

Dans ces pages, tous les prix communiqués par les enseignes sont donnés à titre indicatif.









FRANPRIX

Vin tout-terrain

Touraine Mesland Clos Château Gaillard 2015 - **3,99 €**

Ce vin certifié AB affiche un prix très doux, comme quoi le bio sait être abordable ! Généreux et fruité, il montre une complexité due à ses trois cépages : gamay, cabernet franc et côt. Pour les plats mijotés, les charcuteries, le quinoa… ***Franprix***

Grand Cru accessible

Saint-Émilion Grand Cru Château Lamarzelle Cormey 2012 - **15 €**

Entre puissance et finesse, ce vin ne choisit pas, il a les deux ! Tanins suaves, matière veloutée, un vin plaisir, à la hauteur de son illustre appellation, mais qui n'en fait pas trop. Sur un rôti de bœuf ou un gigot d'agneau. À boire ou à garder. ***Franprix***

INTERMARCHÉ

Convivial

Juliénas Le Meilleur des 2 Mondes 2015 - **5,95 €**

Un Cru du Beaujolais de l'enseigne à la densité fruitée typique, exprimé avec charme. Sa mâche, sa texture soyeuse et sa finale fraîche donnent faim de charcuteries, d'un gratin de butternut… et de copains autour de la table. ***Intermarché***

Bourgogne sans chichi

Givry Domaine Mouton 2015 - **12,50 €**

Accessible en prix et en style, ce givry délivre des notes de fruits assez concentrées, mais ne sacrifie ni l'élégance ni l'équilibre. À ouvrir sur-le-champ et sur 5 ans. Il accompagne les plats mijotés, un rôti de porc aux pruneaux et même de l'agneau grillé. ***Intermarché***

NICOLAS

L'Aveyronnais des potes

Marcillac Les Crestes 2015 - **6,65 €**

Une bonne affaire que ce vin fruité et tonique, destiné à être bu sur-le-champ et qui rassemblera les copains autour de viandes à la plancha, de ratatouille ou d'un simple poulet rôti. Pour frimer, retenez le nom de son cépage : le fer servadou. ***Nicolas***

Classique

Chablis «Champréaux» William Fèvre 2014 - **14,50 €**

L'archétype du chablis. Issu d'un lieu-dit particulier, il est bien minéral comme on l'aime, avec de la classe et de l'ampleur dans un millésime élégant et élancé. On peut le garder encore 2 ou 3 ans ou bien l'ouvrir sur un poisson cuisiné, des saint-jacques, des gambas… ***Nicolas***

SIMPLY MARKET

Le vin qui sent le soleil

Côtes du Roussillon-villages Tautavel Gérard Bertrand *Tautavelissime* 2013 - **6,99 €**

Ce vin livre l'essence de son terroir. Intensément fruité, il affiche des tanins de velours. On y sent les épices, le soleil, les herbes aromatiques sauvages. Il fera de beaux accords avec la puissance d'un canard. Super rapport qualité-prix. ***Simply Market***

Pour épater la galerie

Haut-Médoc Château Coufran 2010 - **15,50 €**

Avec sa suavité, ses tanins souples, ses notes de fruits rouges, sa persistance, son millésime, il a tout pour séduire. Son secret ? Être composé à 85 % de merlot dans cette partie du vignoble où le cabernet-sauvignon est majoritaire. ***Simply Market***

DANS LES ENSEIGNES SPÉCIALISÉES BIO

BIOCOOP, du 8 sept au 14 oct : IGP Côtes Catalanes, Mas Peyre *Le Bon Coup* 2015 (4,80 €) - IGP Coteaux Peyriac, Domaine La Tour Boisée *Malbec Alicante* 2015 (7,80 €) - Chinon Fabrice Gasnier *Les Graves* 2014 (8,95 €) - Pouilly-Fuissé, Château de Lavernette (16,50 €) - Crozes-Hermitage, Domaine Les Bruyères 2014 (14,95 €).

NATURALIA, du 8 au 28 sept : Côtes du Rhône-villages Massif d'Uchaux, La Cabotte 2015 (14,75 €) - Madiran, Domaine Capmartin *L'Instant* 2014 (8,65 €) - Champagne, Couche dosage zéro (22,45 €) - Crémant d'Alsace brut, Vignoble des 2 lunes 2011 (10,99 €) - Muscadet Sèvre-et-Maine, Domaine Jo Landron *Les Houx* 2015 (10,45 €).







MONOPRIX

Le blanc des copines

Côtes de Duras Domaine de la Belle *Effrontée* 2015 - 6,95 €

Avec sa bouche expressive et nerveuse, ce vin du Sud-Ouest nous convainc. Fruité et tonique, il se partage joyeusement, dès l'apéritif sur des tapas, puis sur des plats légers de poisson ou légumes. ***Monoprix.***

La tradition

Brouilly Château Thivin *Reverdon* 2015 - 9,35 €

Il y a tout ce qu'on aime dans ce célèbre cru : l'intensité de fruit, la subtilité aromatique, la fraîcheur, une certaine densité de matière, un toucher de bouche tout en souplesse, de la gourmandise et de la vigueur. Il s'ouvre dès maintenant, mais peut aussi se garder sans problème 4 ou 5 ans. ***Monoprix***

Surprenant

Côtes du Roussillon
Clot de l'Oum *Cine-Panettone* 2014 - 15,90 €

Un blanc étonnant. Son nez sur la pierre à fusil, la mandarine, le menthol, la citronnelle sollicitent les sens. De son terroir, il a capté la puissance, la complexité, la rondeur et la fraîcheur. Parfait pour les sushis, des légumes racines rôtis. ***Monoprix***

Sensass

Castillon Côtes de Bordeaux
Clos Puy Arnaud Grand Vin 2012 - 24,50 €

Dans cette appellation montante, ce domaine phare cultive ses vignes en biodynamie. Mûr, gourmand, sensuel, ce 2012 s'achève sur une finale saline qui lui donne de l'équilibre. Prêt à boire, sur de l'agneau. ***Monoprix.***

LEADER PRICE

Le vin quotidien

Côtes de Bordeaux Château La Roche 2015 - 4,50 € (par 6)

Dominé par le fruit, ce bordeaux sans prétention affiche une rondeur sympa, des tanins souples et un côté gouleyant. Pour un burger, des viandes à la plancha. ***Leader Price***

Le Ligérien caméléon

Saumur Puy Notre Dame
Château d'Eternes
2012 - 4,67 € (par 6)

Quelle puissance de fruit dans ce terroir ! On la retrouve ici, dans ce vin avec des notes de fruits rouges et d'épices persistantes. Sa finale vive et croquante met en appétit. Côté accord, il est facile à vivre : un casse-croûte, un filet mignon à la sauge, des charcuteries, un plat végétarien au quinoa… ***Leader Price***

CASINO

Pour un soir d'hiver

Languedoc La Clape Château des Karantes *La Bergerie* 2014 - 9,95 €

Son nez intense appelle le velours des tanins et les accents de garrigue de la bouche. Un vin structuré d'une belle richesse pour affronter des plats puissants tels qu'un carré d'agneau confit au thym. ***Casino***

Un vin d'amoureux

Bourgogne Hautes-Côtes de Beaune, Domaine François Charles 2015 - 8,50 €

Un vin qui met en appétit. Ses arômes de fruits rouges claquent sur la langue et lui donnent le profil d'un vin facile à boire. Délicatement et justement boisé, il n'est pas dénué d'élégance. Un vin pour un repas raffiné à partager à deux. ***Casino.***

LE CALENDRIER 2016

AUCHAN du mardi 20 septembre au mardi 4 octobre
CARREFOUR du mercredi 28 septembre au lundi 10 octobre
CARREFOUR MARKET du vendredi 16 septembre au dim. 2 octobre
LECLERC du mercredi 28 septembre au samedi 8 octobre
MAGASINS U du mardi 20 septembre au samedi 1er octobre
LEADER PRICE du mardi 6 au dimanche 18 septembre
INTERMARCHÉ du mardi 6 au dimanche 18 septembre
FRANPRIX du mercredi 7 au dimanche 18 septembre
SIMPLY MARKET du vend. 30 septembre. au dim. 16 octobre
GÉANT CASINO du mardi 6 au samedi 17 septembre
CASINO SUPERMARCHÉS du vend. 2 au samedi 17 septembre
MONOPRIX du mercredi 7 au dimanche 25 septembre

Photos DR.

RETROUVEZ NOTRE SÉLECTION COMPLÈTE DANS NOTRE HORS-SÉRIE VINS EN KIOSQUE LE 31 AOÛT.

… ET SUR INTERNET

Vente-privée
À partir du 28 août

Alsace Grand Cru Kanzlerberg Domaine Sylvie Spielmann 2011 - 19€



La force de cette foire aux vins repose sur des vignerons que l'on ne trouve pas ailleurs. Des vignerons qui ont quelque chose à dire, comme Sylvie Spielman en biodynamie depuis longtemps pour révéler la part intime des terroirs alsaciens. Ce riesling sec, tendu, aux notes de silex et de pierre à fusil, en apporte la preuve. Grand vin de garde.

ET AUSSI
Côtes de Bourg, Château L'Hospital 2010 (6,50 €) - Fleurie, Château de Châtelard 2013 (8 €) - Châteauneuf-du-Pape, Domaine Usseglio (5 €) - Pécharmant, Château Barouillet 2014 (6,50 €) - Bourgogne Vézelay, La Croix Montjoie 2015 (9 €).

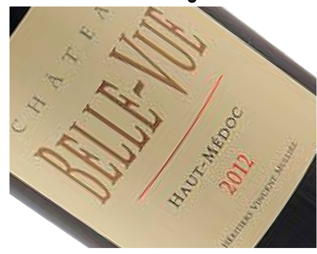
Chateaunet
du 8 sept. au 1er oct.

Languedoc Domaine du Pas de l'Escalette, *Les petits pas* 2014 - 11,17€
L'enseigne de la maison Duclot offre une sélection rigoureuse de vins de Bordeaux de première importance et de flacons particuliers : de ces vins que l'on aime à déguster, davantage vins de copains que Grands Crus. Parmi eux, ce languedoc produit sur un terroir presque encore sauvage, au jus gourmand, friand et délicat, parfumé de violette et fruits rouges, sur une touche d'épices douces. Un vin qui fait «glouglou».

ET AUSSI
Listrac-Médoc Château Fourcas Dupré 2010 (24,17 € en magnum) - Condrieu François Villard, *les Terrasses de Palat* 2014 (32,50 €) - Côte Roannaise Domaine Robert Sérol, *Les Originelles* 2014 (7,50 €) - Saint-Émilion Château Fonroque 2012 (24,17 €).

iDealwine
du 7 au 26 sept.

Haut Médoc, Château Belle-Vue 2012 - 23 € en magnum



La super affaire des foires aux vins de la rentrée : un bordeaux concentré sur son cabernet-sauvignon livre la trame fidèle de ce raisin adossé à de petits verdots subtils. En magnum, il peut attendre encore 2 ans, mais pour l'instant, profitez de son fruit radieux et de son velouté intégré.

ET AUSSI
Côtes du Jura, Domaine Buronfosse 2011 (12 €) - Fronsac, Château de Carles 2012 (19 €) - Languedoc Terrasses du Larzac 2012, Mas Jullien (27 €) - Saumur-Champigny, Domaine des Roches neuves, *Terres chaudes* 2012 (16 €).

Wineandco
du 25 août au 4 oct.

Bandol, La Bégude 2015 - 12,50 €
Ce coup de cœur sort des couleurs binaires blanc et rouge des foires aux vins. Si vous êtes lassés des rosés de l'été, jetez-vous sur ce domaine de Bandol qui produit des rosés que l'on goûte toute l'année. Légèrement tannique, le rosé des Tari offre une petite structure de tanins moelleux.

ET AUSSI
Fronsac, Château Canon Pecresse 2012 (12,10 €) - Madiran, Château Montus 2010 (17,80 €) - Condrieu, Domaine Georges Vernay, *Les Terrasses de l'Empire* 2014 (42 €)

lavinia
du 5 sept. au 3 octobre 2016

Languedoc Terrasses du Larzac, Domaine de la Barthassade, *H9* 2015 - 15,50 €



Un modèle d'équilibre entre expression de fruit intense et finesse. Un vin qui caresse le palais pour le stimuler plutôt que l'endormir. Ce jeune domaine du Languedoc ne monte pas, il est déjà très haut !

ET AUSSI
Chablis, Château de Béru, *Comte de Béru* 2014 (23 €) - Pernand-Vergelesses, Domaine Pavelot 2013 (22,50 €) - Cahors, Mas del Périé Caballe 2015 (12,50 €) - Muscadet Sèvre-et-Maine, Domaine Belle-Vue, *Les Grandes Anneries* 2015 (11,50 €) - Patrimonio, Stéphanie Olmeta Niella 2015 (23 €) - Côtes du Rhône, Domaine Dumarcher Gustave 2014 (15 €) - Côtes de Bourg, Château La Grolet *L'Églantier* 2012 (9,80 €) - Champagne, Fanck Pascal, *Reliance* (38 €) - Beaune, Domaine Jean-Claude Rateau, *Les Beaux Fougets* 2014 (27 €).

Lerepairedebacchus
du 30 août au 29 sept. 2016

Malagousia Mylonas Winery Grèce - 12,30 €



C'est le blanc des apéros et des entrées légères à base de légumes et de chèvre. Il prend le nom de son cépage, le malagousia. La texture veloutée évoque une pêche blanche fondante. Entre les notes de citron, litchi, herbes aromatiques, fruits blancs… les papilles s'éclatent !

ET AUSSI
Rully 1er Cru «La Fosse», Domaine Belleville 2012 (19,90 €) - Saint-Péray, Domaine Gaillard 2014 (17,90 €) - Condrieu, Domaine Christophe Pichon 2014 (35,90 €) - Côte Roannaise, Domaine des Pothiers, *n°6* 2015 (9,60 €) - Touraine, Domaine Mérieau, *Cent Visages* 2013 (12,70 €) - Côtes du Roussillon, Clos des Fées *Les Sorcières* 2015 (13,40 €).

Millesimes
du 8 au 28 septembre 2016

Champagne blanc de blancs extra-brut, Larmandier-Bernier, *Latitude* - 29,95 €
Intensité et finesse, élégance impériale et persistance remarquable. Un condensé de plaisir !

ET AUSSI
Haut-Médoc, Château Citran 2010 (15,90 €) - Saint-Estèphe, Château Phélan Ségur 2010 (37,90 €) - Canon-Fronsac, Château Moulin Pey-Labrie 2009 (21,90 €).

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL
Dans ces pages, tous les prix communiqués par les enseignes sont donnés à titre indicatif.

URFÉ, DES VINS DE LOIRE

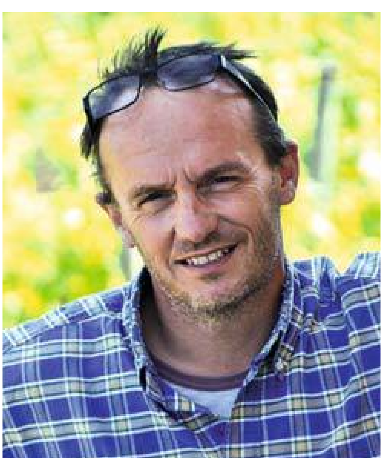
Cette petite appellation totalement méconnue, que se partagent les vignobles du Forez et de la Côte roannaise, produit des vins bien dans l'air du temps et accessibles.

Texte : Catherine Gerbod

À la tête des Vins de la Madone, Gilles Bonnefoy cultive 8 hectares de vignes en biodynamie à Champdieu, en Forez. Ses vins ont conquis des tables étoilées.

Comment est née l'appellation IGP Urfé ?

Les AOP Côtes du Forez et Côte roannaise ne pouvaient travailler que le gamay en rouge ou rosé sec. Elles ont eu la possibilité de se regrouper pour créer un vin de pays d'Urfé avec plus de cépages. Les vignerons ont élargi leurs gammes et développé les blancs.



D'où vient son nom ?

Urfé est le nom d'une famille implantée dans la région pendant des siècles. Honoré d'Urfé est considéré comme l'auteur du premier roman au XVIIe siècle avec *L'Astrée*. Plusieurs villages portent le nom Urfé dans le Forez ou le Roannais. D'où ce choix lorsqu'il a fallu trouver un nom commun à l'histoire des deux vignobles. Je l'aime bien, il est léger, aérien, simple.

D'où vient la typicité des vins ?

Les sols ont divers profils géologiques : granit, basalte, argile… C'est la climatologie continentale et l'altitude, entre 350 et 600 m, qui donnent le style commun : des vins tendus, frais, pas alcooleux.

L'appellation a choisi de se rattacher à la Vallée de la Loire…

Nous affirmons ce lien depuis 5 à 6 ans, car nous souffrions d'un manque d'identité. Notre département, c'est la Loire, nous sommes au début de la Vallée. D'ailleurs, aujourd'hui, les professionnels dégustent nos vins avec les autres vins de Loire.

Pourquoi cette IGP est-elle dynamique ?

Un vigneron peut se permettre de planter sur 1 ou 1,5 hectare le cépage de ses rêves. Cela apporte une réelle originalité.

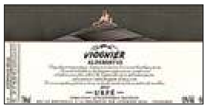
Les clés du vignoble : près de **40 ha** sont revendiqués en IGP Urfé (née en 1982, la dénomination Vin de pays d'Urfé est devenue IGP Urfé en 2011, mais les 2 noms coexistent). 60 % s'étendent sur le Roannais, 40 % en Côtes du Forez vers Montbrison. C'est le vignoble le plus en amont de la Loire. Les rosés moelleux issus de gamay déclinent. Les blancs dominent, **chardonnay** en tête, loin devant les **viognier, roussanne, pinot gris, sauvignon blanc…** Les rares rouges sont à base de **gamay, pinot noir, syrah, côt.** Les sols sont granitiques ou volcaniques. Le prix s'affichent **entre 5 et 15 €.**

Vincent Giraudon
blanc - *Éponyme* 2013 - 5,70 €
Sur ses 4 ha, ce vigneron de la Côte roannaise mise sur l'aligoté. Il en fait un vin minéral et vivifiant, qui donne envie de fruits de mer. Le même vin, vinifié en fûts, devient *Quercus* (9,70 € le 2014), plus rond, pour des quenelles de brochet. *Au domaine et cavistes.*



Cave Verdier-Logel blanc - *La Sentimentale* 2015 - 8 € *(50 cl)*
D'origine alsacienne, Jacky Logel et Odile Verdier ont changé de vie pour devenir vignerons en Côtes du Forez en 1992. Clin d'œil à leurs racines, ce vin issu de pinot gris, entre fruité et fraîcheur, diffuse une sentimentalité joyeuse. *Au domaine et cavistes.*

Domaine de Fontvial
blanc - *Aldebertus* 2014 - 11 €
Installé en Côtes du Forez, Stéphane Réal vinifie le viognier, ce cépage vedette du nord de la Vallée du Rhône, si proche. Ce blanc sec possède les notes abricotées typiques du cépage, ponctuées par une touche minérale. Pour une tarte au munster. *Au domaine et cavistes.*

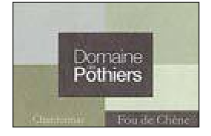


Photos paysage et portrait Éve Deveaux / DR.

Juché sur son pic basaltique, le prieuré roman de **Saint-Romain-le-Puy** domine les vignes.

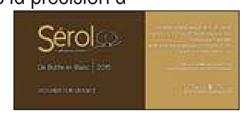
Domaine des Pothiers
blanc - *Fou de Chêne* 2014 - 13 €

Avec ses 12 cuvées, le domaine joue des diverses expressions permises par son terroir de la Côte roannaise. Ce chardonnay charme par son gras délicat, ses notes minérales et ses arômes ciselés, que le bois souligne sans les aliéner. *Au domaine et cavistes.*



Domaine Sérol blanc - *De Butte en Blanc* 2015 - 13,20 €

Seule infidélité à la gamme de rouges et de rosés du domaine, ce blanc livre une version fruitée et tonique du viognier. Issu d'un sol granitique, il est vinifié avec la précision à l'œuvre dans ce domaine phare de la Côte roannaise. *Au domaine et cavistes.*



Les Vins de la Madone
blanc - *Roussane de Madone*
2015 - 14,50 €

La roussanne est le cépage de l'AOP Saint-Joseph, dont une partie des vignes est implantée dans la Loire. En version IGP Urfé, il capte la fraîcheur et la minéralité tout en se montrant charnu. À ouvrir sur des gambas. *Au domaine et cavistes.*



VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

4 RECETTES SIMPLISSIMES

Le pari de la rédaction ? Juste trois petites courses et les basiques du placard pour des idées gourmandes qui donnent envie.

Photos : Guillaume Czerw - réalisation et stylisme : Sophie Dupuis-Gaulier assistée de Ayumi Iida - recettes : Pascale Mosnier



Crevettes grises, poivre vert en saumure et beurre salé

Beurre de crevettes au poivre vert

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 20 min
Pas de cuisson
Réfrigération : 1 h
Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES
VOUS DEVEZ ACHETER : 300 g de crevettes grises ● 100 g de beurre salé ● 1 petite boîte de poivre vert en saumure

VOUS AVEZ CHEZ VOUS : 1/2 baguette de pain rassis

1 À l'avance, sortez le beurre du réfrigérateur pour qu'il soit mou.
2 Décortiquez les crevettes. Égouttez la valeur d'une cuillerée à soupe de poivre vert.
3 Dans le bol d'un robot équipé d'un couteau, mixez par à-coups les crevettes, le beurre et le poivre pour obtenir une préparation lisse. Placez au moins 1 h au réfrigérateur.
4 Coupez le pain en tranches, faites-les bien griller au four. **Servez** à l'apéritif.

NOTRE BON ACCORD : un gaillac méthode ancestrale (mousseux du Sud-Ouest).



Morue aux poivrons à la portugaise

ASSEZ FACILE ET ABORDABLE
Dessalage : 12 h
Préparation : 20 min
Cuisson : 30 min

POUR 4 PERSONNES
VOUS DEVEZ ACHETER : 600 g de morue salée (pas séchée) ● 4 gros oignons ● 2 poivrons rouges
VOUS AVEZ CHEZ VOUS : 4 cuil. à soupe d'huile d'olive ● sel ● poivre

1 Plongez la morue dans une grande quantité d'eau froide et laissez-la dessaler 12 h en renouvelant l'eau au moins 3 fois.
2 Passé ce temps, pelez et émincez les oignons. Lavez les poivrons, coupez-les en deux pour éliminer les pépins et les filaments. Coupez la chair en fines lamelles.
3 Préchauffez le four à 180°. Faites chauffer l'huile dans une cocotte. Mettez les poivrons et les oignons à revenir à feu moyen, en remuant souvent, 10 min.
Égouttez et épongez la morue. Coupez-la en 4 morceaux égaux. Posez-les dans un plat à four adapté à leur taille, sans qu'ils se chevauchent. Versez dessus le contenu de la cocotte. Salez légèrement, poivrez et enfournez pour 15 min.
4 Servez très chaud, avec des chips, comme au Portugal.
NOTRE BON ACCORD : un IGP côtes-de-gascogne blanc (Sud-Ouest).

Morue salée, poivrons rouges et gros oignons



Côtes de porc doubles et citrons jaunes bios

Côtes de porc épaisses au citron

FACILE ET ABORDABLE
Préparation : 20 min
Marinade : 1 h
Cuisson : 35 min

POUR 4 PERSONNES
VOUS DEVEZ ACHETER : 2 côtes de porc doubles ● 2 citrons bios
VOUS AVEZ CHEZ VOUS : 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ● 1 gousse d'ail ● sel ● poivre

1 **Lavez et essuyez** les citrons. Râpez finement leur zeste au-dessus d'un bol. Pressez les fruits et versez leur jus dans le bol. Pelez, dégermez et hachez l'ail, mélangez-les dans le bol.
2 **Placez** les côtes de porc dans un plat non métallique, arrosez-les de la moitié de la marinade du bol, retournez-les et arrosez-les du reste de marinade. Couvrez de film étirable et placez au moins 1 h au frais.
3 **Préchauffez le four** à 150°. Dans une cocotte à fond épais, faites chauffer l'huile et saisissez les côtes de porc à feu vif 3 min par face pour bien les colorer.
Versez la marinade dans la cocotte, retournez les côtes, couvrez et enfournez la cocotte pour 30 min.
Laissez reposer 10 min dans la cocotte hors du four, avant de couper les côtes et de les servir.
NOTRE BON ACCORD : un beaujolais blanc.

Le conseil de CVF

Demandez au boucher des côtes doubles, c'est-à-dire des côtes qu'il découpe groupées par 2 dans le carré. Préférez du porc label Rouge, un peu plus cher, mais qui fond moins à la cuisson.



Pommes acidulées (golden ou canada) et jus de pomme

Gâteau de pommes Tatin sans pâte

FACILE ET BON MARCHÉ

Prêt à l'avance

Préparation : 35 min
Cuisson : 3 h 40

POUR 4 PERSONNES

VOUS DEVEZ ACHETER : 1,2 kg de pommes acidulées ● 20 cl de jus de pomme

VOUS AVEZ CHEZ VOUS : 120 g de sucre en poudre ● 40 g de beurre

1 **Préchauffez** le four à 150°. Tapissez de papier sulfurisé beurré un moule à manqué d'environ 22 cm de diamètre. Beurrez également les bords verticaux du moule.

2 **Versez** le jus de pomme et le sucre dans une casserole, portez à ébullition, puis réglez le feu pour que le sirop frémisse 10 min, remuez-le de temps en temps.

3 **Pelez les pommes,** évidez le cœur à l'aide d'un vide-pommes, et coupez les fruits en fines rondelles.

Mettez une couche de pommes dans le moule, parsemez de toutes petites noisettes de beurre, recommencez jusqu'à épuisement des ingrédients. Versez le sirop sur les pommes et enfournez pour 3 h.

4 **Au bout de 3 h,** les pommes auront absorbé tout le sirop. Couvrez le moule de papier-alu et poursuivez la cuisson 40 min.

Sortez le gâteau du four et laissez refroidir avant de le démouler.

5 **Servez à température** ambiante, accompagné éventuellement de glace vanille.

NOTRE BON ACCORD : un calvados.



SIMON HORWITZ chez *Elmer* à Paris

En six mois, au cœur de Paris, ce jeune chef exigeant a fait de son joli restaurant une adresse très courue. À juste titre.

Reportage : Pascale Mosnier - photos : Jean-François Mallet



Photo : DR. / Thomas Dhellemmes





1 Tables de chêne brut, parquet, une **salle chaleureuse** et confortable.

2 **La rôtissoire,** où dorent à point des épaules d'agneau et une canette de Challans.

3 **La fidèle équipe,** de gauche à droite : Sébastien, Mamadou, Sylvain, Simon, Kirsten, Colline et Matthieu.



La petite trentaine, Simon Horwitz, parisien, dit "être tombé dedans sans le vouloir". Certes on aimait bien manger dans sa famille, mais c'est lors d'un petit boulot d'été à 16 ans dans un resto du Vaucluse, qu'il découvre sa voie. Ce sera la cuisine. Direction la prestigieuse école Ferrandi, puis un beau parcours chez les chefs, *l'Oustau de Baumanière* (époque Sylvestre Wahid), *Pierre Gagnaire, le Septime*…
Nourri de cette culture culinaire de haut vol, Simon s'accorde un an de voyage pour bien digérer. Australie, Asie, Amérique latine, il prend son temps, mûrit son projet de restaurant. Fin 2015, il a tout peaufiné et il ouvre *Elmer* dans l'esprit d'un lieu convivial, où tout est pensé pour que sa cuisine soit cohérente avec son idée de partage. Espace de travail ouvert, rôtissoire, barbecue, équipe jeune, produits de saison, saveurs délicates, minicarte qui change sans cesse… l'alchimie fonctionne, et c'est un succès qui va aller grandissant. ■

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



10 questions à Simon Horwitz

Vous avez toujours au frigo…
Du speck, un jambon italien

Votre instrument de cuisine préféré ?
Les casseroles et sauteuses en cuivre étamé. C'est luxueux, mais c'est inimitable

Quel plat pour emballer votre femme, vos amis, vos enfants ?
Le filet mignon et le gratin de courgettes. Des plats simples, pas dans le «paraître»

Le plat que vous auriez aimé inventer ?
Le bœuf bourguignon, un plat qui mijote longtemps

Votre plat du dimanche soir ?
Une sorte de fricassée avec les restes du frigo

Le cuisinier qui vous inspire ?
Pierre Gagnaire

Si vous étiez un ingrédient ?
Une aubergine

Si vous étiez un plat ?
Des travers de porc rôtis au barbecue

Votre livre préféré ?
Le livre de Benoît Violier sur le gibier à plume

Si vous n'étiez pas cuisinier ?
J'aurais aimé être chirurgien.

SES PRODUITS PRÉFÉRÉS

J'aime son goût particulier terre-sucre. J'apprécie les betteraves aussi bien cuites que crues. La façon de les cuire (au four à l'étouffée, à l'eau, au sel) détermine leur saveur.



La betterave



Le citron jaune

Je crois que je ne peux pas me passer de la saveur fraîche et acidulée de cet agrume, c'est quasiment la finition de toutes mes assiettes. Mais il faut faire attention et l'utiliser avec parcimonie.

Que ce soit l'estragon de nos contrées ou l'estragon mexicain *(Tagetes lucida)*, j'utilise la puissance aromatique de cette herbe aussi bien dans mes plats salés, que dans mes recettes sucrées.

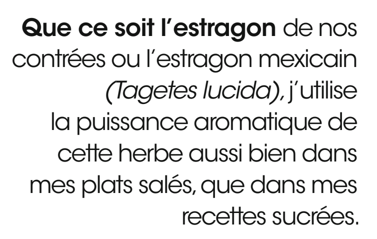


L'estragon



Le poivre de Kampot

Originaire du sud du Cambodge, cette baie aux arômes singuliers et subtils de café torréfié est le fruit d'un travail artisanal magnifique. Je suis allé sur place voir cette épice rare que j'utilise beaucoup.



SON MENU DE COPAINS

Filet mignon rôti à la moutarde

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 10 min
Cuisson : 12 min
Attente : 15 min

POUR 4 PERSONNES
600 g de filet mignon de porc ● 2 cuil. à soupe de moutarde de Dijon ● 1 cuil. à soupe d'huile ● 1 botte de cerfeuil ● 1/2 botte de coriandre ● 1/2 botte de persil plat ● sel ● poivre

1 **Préchauffez le four** à 170°. Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et saisissez-y le filet mignon à feu vif de tous côtés pour bien le colorer. Salez et poivrez-le dès qu'il est rôti, puis enfournez-le pour 12 min.
2 **Pendant ce temps,** effeuillez et ciselez les herbes. Sortez le filet mignon du four, emballez-le dans une double feuille de papier-alu pour le laisser reposer 15 min sans qu'il refroidisse.
3 **Passé ce temps,** déballez la viande, badigeonnez-la de moutarde et roulez-la dans les fines herbes. Servez aussitôt.



Le fameux gratin de Simon

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 30 min
Cuisson : 40 min

POUR 4 PERSONNES
600 g de petites courgettes ● 50 g de pecorino fraîchement râpé (fromage italien de brebis) ● 125 g de ricotta ● 30 g de cacahuètes décortiquées non salées ● 4 cuil. à soupe d'huile d'olive ● 1 gousse d'ail ● sel ● poivre

1 **Torréfiez légèrement** les cacahuètes à sec dans une poêle, laissez refroidir et concassez-les.
2 **Lavez et essuyez** les courgettes, ôtez les extrémités. Détaillez-les en très fines rondelles (à la mandoline de préférence).
3 **Préchauffez le four** à 150°. Huilez un plat à gratin et frottez-le avec la gousse d'ail pelée. Étalez un peu de ricotta dans le plat, couvrez d'une couche de rondelles de courgettes, salez, poivrez, parsemez d'un peu de cacahuètes concassées, arrosez de quelques gouttes d'huile d'olive. **Recommencez cette opération** jusqu'à épuisement des ingrédients, en terminant par une couche de courgettes rangées en rosace. Parsemez de pecorino et enfournez pour 40 min.
4 **Servez** bien chaud.

L'ACCORD DU CHEF POUR LES 2 RECETTES : le mirvervois-la-livinière *Pic St Martin* du Domaine de Cantassel (rouge du Languedoc).





Chaque jour, le chef fait lui-même **son pain.**



La vaisselle, artisanale, vient du Pérou.



Sébastien, le sommelier, et **Matthieu,** chef de rang.

DUOS GAGNANTS
Les deux font la paire

Unis dans le travail pour le meilleur de la cuisine, ces passionnés érigent leurs différences et leur complicité contre l'idée reçue de la difficulté de s'associer dans l'entrepreneuriat.

Texte : Sophie Menut

Restaurateurs, pâtissiers, ils se connaissent depuis 5 ou 25 ans et ont en commun d'avoir créé ensemble leur entreprise autour de bons produits. Pour eux, être deux n'a que des avantages et beaucoup avouent qu'ils ne se seraient jamais lancés seuls dans l'aventure.

FILLES DE CHEF

Caroline et Sophie Rostang sont sœurs et filles du célèbre cuisinier Michel Rostang. Vous ne verrez pas cette sixième génération en cuisine, même si à elles deux elles ont lancé plusieurs restaurants. S'il n'est pas évident de travailler dans la même famille, être filles de chef étoilé et perpétuer le travail des générations précédentes pimente l'affaire. Bien que les deux sœurs n'aient pas sciemment défini l'idée au départ, le duo s'est formé naturellement dans ce clan très soudé, bercé par l'amour des bonnes choses et de l'authenticité. Sophie, la cadette, s'est investie dans l'administration et la gestion du restaurant, tandis que l'aînée Caroline est plutôt présente en salle. Mais elles sont multitâches, toutes deux aimant aussi bien superviser une carte, qu'une décoration et sourcer les bons produits. Une fâcherie de jeunesse les réunit encore mieux au temps des retrouvailles.



Pour **Caroline et Sophie Rostang,** les filles du chef étoilé Michel Rostang, la cuisine est une affaire de famille.

Aujourd'hui elles ne voient que des avantages à cette union : "Dans un univers assez masculin, travailler entre femmes, c'est se comprendre et se soutenir", argumentent les jeunes mères. "Elle est ma meilleure amie", disent-elles l'une de l'autre. Elles se voient quotidiennement. Une complémentarité et une efficacité telles qu'elles sont sollicitées désormais comme conseils dans des projets de restauration extérieure.

FAIRE SON MIEL DE L'AMITIÉ

Alexis Ratouis et Cyril Marx, la petite trentaine, n'ont pas fait que fréquenter la même fac. Passionnés tous deux de randonnée et de marathon, ils se sont vite découvert des racines apicoles. La famille de Cyril possède des ruches dans les Cévennes et lui-même ouvre sa première ruche à 12 ans. Le parrain d'Alexis, lui, est apiculteur en Savoie. Lors d'un dîner, ils se découvrent la même envie d'innover dans le domaine du miel et créent dans la foulée la société Hédène pour commercialiser des miels monofloraux de filière française. Dans le bureau qu'ils partagent, Cyril s'occupe du marketing et de la communication, tandis qu'Alexis se concentre sur les domaines administratif et financier. Ils voient



Alexis Ratouis et Cyril Marx, issus tous deux de familles d'apiculteurs, ont créé les miels de luxe français Hédène.

dans leur amitié le ciment de cette association : "On se donne du courage, on se défie dans une même synergie et avec solidarité. Jamais l'un n'est au-dessus de l'autre et notre amitié sera toujours prioritaire, car c'est la base d'Hédène." Pour preuve, ils randonnent ensemble en vacances.

LA PASSION À L'ITALIENNE

Tigrane Seydoux et Victor Lugger sont issus de la même promo HEC. Mais surtout, ils cultivent la même passion de l'Italie et ses merveilleuses spécialités. Chacun de leur voyage transalpin les laisse pourtant dépités : ils ne retrouvent pas en France de bonne trattoria au rapport qualité-prix honnête. En 2013, naît l'idée de Big Mamma, puis l'ouverture des restaurants *East Mamma* et *Ober Mamma,* où tout est fait maison avec des produits achetés directement en Italie. Si c'est ensemble qu'ils ont réfléchi au projet dans toute sa logistique, Victor gère la partie cuisine et production, et Tigrane s'occupe de la formation et du service. Tous deux reconnaissent mutuellement la chance de s'être rencontrés et d'avoir gagné un ami et un associé : "La restauration est un métier difficile où à chaque service, on repart à zéro. L'un sans l'autre, nous aurions été incapables de monter un restaurant. Nous nous complétons dans nos compétences. L'un filtre toujours la décision de l'autre. En cas de désaccord, on estime que ce n'est pas la bonne décision. Être deux nous garantit aussi une meilleure qualité de vie et se voir en dehors du travail reste toujours appréciable."

Photos : D.R.

L'UNION FAIT LA FORCE

Mikaël Petrossian et Benoît Guilbeau ont 34 ans et se sont rencontrés, il y a dix ans, dans une société de conseil. L'envie de changer et de monter leur propre affaire leur a donné l'idée de revisiter les dim sum (petits raviolis chinois cuits à la vapeur) en version française. Une année ponctuée de multiples étapes entre les problèmes de confection et les découragements se passe avant que Yoom ne voie le jour. Un concept décliné aujourd'hui en cinq adresses. Si au départ ils ont le même profil et sont plus similaires que complémentaires, désormais, lorsque Benoît s'occupe de l'opérationnel, du personnel, de la comptabilité, Mikaël gère la production, le marketing et la presse. Le tout sans bureau pour être au plus près des opérations. Une association qui les renforce face à l'adversité : "Lorsque l'un baisse les bras, l'autre est là pour le remotiver. Si l'un n'y croit pas, on ne fait pas. Lorsque l'on a une nouvelle idée, notre double conviction nous rend plus forts pour persuader nos banquiers !" ●●●



Tigrane Seydoux et Victor Lugger ont créé ensemble les trattorias à l'italienne *East Mamma* et *Ober Mamma.*

BIBERONNÉS AU CIDRE

Pierre-Emmanuel Racine-Jourden et Xavier d'Audiffret Pasquier ont 29 ans et usé leurs pantalons sur les mêmes bancs d'école en Normandie. La famille de Xavier produisait du cidre, que les enfants dégustaient en cachette. Ni leurs études, ni leurs voyages, ni leurs parcours professionnels dans la finance ne les ont séparés. Devenus adultes, ils décident de créer la marque de cidre Sassy, un produit *made in* Normandie à leur image : jeune, chic et dans l'air du temps. Une année entière a été nécessaire pour mettre au point leur boisson entre tradition et modernité. Aujourd'hui, Xavier s'occupe du marché anglais et Pierre-Emmanuel du développement à Paris et en Province. Ils sont convaincus des avantages d'avancer à deux : "On se complète, on va plus vite, on se comprend tout de suite, on est plus réactif. On n'a jamais l'impression d'être dans l'impasse. Le succès a renforcé notre amitié. Et surtout nous continuons à nous marrer !"



Pierre-Emmanuel Racine-Jourden et Xavier d'Audiffret Pasquier, tombés dans la marmite de cidre quand ils étaient petits, ont créé leur propre marque de cidre normand artisanal : Sassy.

L'OMBRE ET LA LUMIÈRE

Pierre Hermé et Charles Znaty sont nés le même mois de la même année. Le premier est alsacien lorsque le deuxième a vécu au Maroc jusqu'à ses 10 ans. Ils partagent le même bureau à Paris, assis l'un en face de l'autre. Ils se considèrent comme deux frères. Si le public connaît Pierre Hermé, sacré "meilleur pâtissier du monde" cet été, son partenaire est plus discret. Pourtant, sans doute, le favori des becs sucrés n'en serait pas là sans leur association. Ils se sont rencontrés il y a 25 ans chez des amis communs. Après avoir travaillé sur le premier livre du pâtissier publié à compte d'auteur en 1996, le créateur et l'homme du marketing fondent l'entreprise Pierre Hermé avec le désir commun d'en faire une grande marque. Aujourd'hui, avec le recul, Charles estime qu'il a la capacité de comprendre les créateurs, d'analyser et de synthétiser leur travail. Il possède un réel talent pour mettre en musique l'univers du pâtissier. La force du duo réside sans doute dans l'admiration respective qu'ils ont l'un pour l'autre. Tous les deux ne se sont jamais lassés de leur association et continuent à avoir envie de se surprendre. Si chacun a son propre territoire et un fort caractère, leur relation est basée sur la confiance et la transparence. Finalement leur plus grande difficulté est de devoir composer avec le reste du monde, car ils reconnaissent bien des atouts à leur duo : "Nous sommes très complémentaires et chacun respecte le domaine de l'autre, même si tout est initié à deux. Nous sommes des alter ego dans un processus de coproduction. Dans le domaine privé aussi, lorsque l'un va moins bien, l'autre est là pour lui, naturellement." ■



Pierre Hermé et Charles Znaty. 25 ans de complicité qui ont porté les projets du pâtissier au pinacle et su faire fructifier la marque Pierre Hermé.

Photos : D. R.

MON CARNET FUTÉ

Pour que cuisiner soit chaque jour un plaisir, découvrez nos recettes faciles, nos astuces et nos bons plans !

Illustrations du carnet : Marie Dewitte @quellebellenouvelle.com



Le ketchup au banc d'essai

Tout savoir sur le rooibos

Le point sur les vins bios

Envie des fruits de l'été indien

Une semaine en cuisine

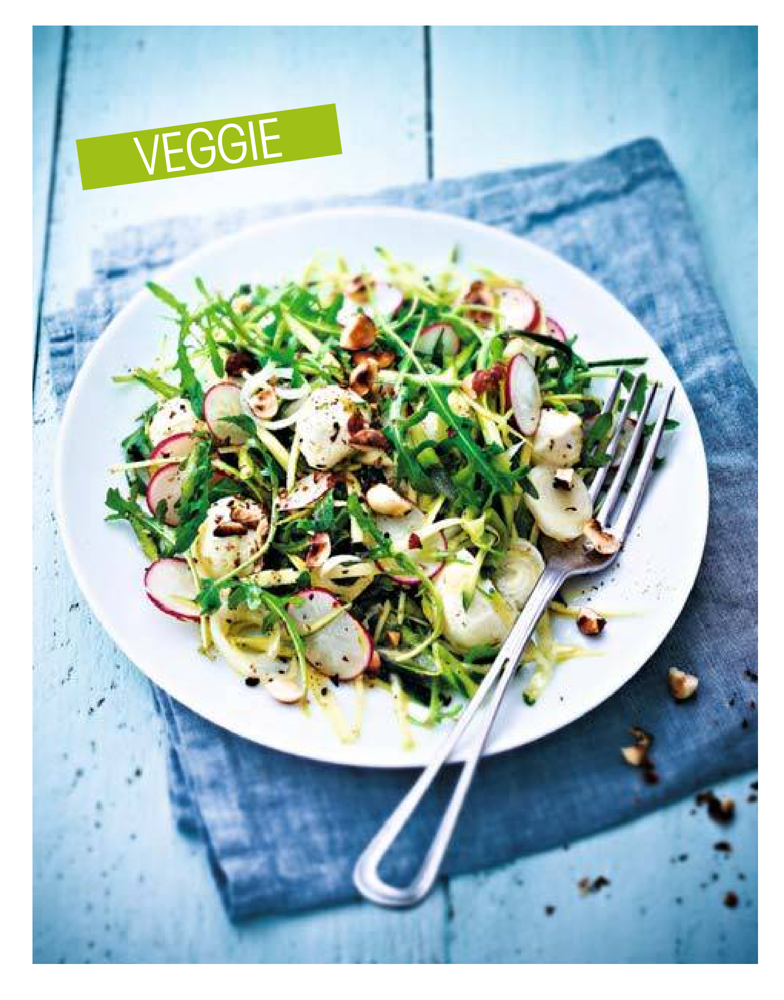
Une boîte de thon, 12 possibilités



UNE SEMAINE EN CUISINE

Pas facile de trouver chaque jour des idées pour cuisiner vite et bon ! Avec nos recettes express, petit budget, ultra-faciles, classiques ou originales, on vous promet des repas gourmands sans avoir à attendre le grand soir…

Photos : Valéry Guedes - réalisation et stylisme : Valéry Drouet
recettes : Pascale Mosnier - accords vins : Karine Valentin



Salade très croquante

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 15 min
Pas de cuisson

POUR 4 PERSONNES

2 petites courgettes fermes • 1 douzaine de radis roses • 1 poignée d'olives noires à la grecque dénoyautées • 2 bouquets de ciboulette • 1 poignée de noisettes décortiquées • 100 g de roquette (en sachet) • 4 petits oignons blancs frais • 12 miniboules de mozzarella • le jus de 1 citron • 4 cuil. à soupe d'huile d'olive • sel • poivre

1 Lavez et essuyez les courgettes, râpez-les (grosse grille). Mettez-les dans un bol, salez, arrosez d'un peu de jus de citron, mélangez et laissez mariner.

2 Pendant ce temps, concassez grossièrement les noisettes au couteau, torréfiez-les légèrement à sec dans une poêle, laissez-les refroidir. Concassez les olives au couteau.

Nettoyez les radis, coupez-les en rondelles. Ciselez la ciboulette. Épluchez les oignons en laissant 1/3 de leur tige verte, coupez-les en fines rondelles.

3 Dans un saladier, préparez une vinaigrette avec du sel, du poivre, les reste de jus de citron et d'huile. Émulsionnez à la fourchette. Ajoutez la mozzarella, les olives, les oignons, les courgettes égouttées, la ciboulette, la roquette et les radis. Mélangez, parsemez de noisettes et servez aussitôt.

NOTRE BON ACCORD : un saint-pourçain blanc (Centre).



Pizza stromboli express

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 15 min
Cuisson : 30 min

POUR 4 PERSONNES
1 rouleau de pâte à pizza ● 250 g de champignons de Paris ● 300 g de jambon blanc en fines tranches ● 30 cl de coulis de tomate ● 250 g de mozzarella ● 100 g de parmesan fraîchement râpé ● 2 cuil. à soupe de thym ● 1 jaune d'œuf ● sel ● poivre

1 Préchauffez le four à 180°. Éliminez le pied des champignons, lavez et épongez-les, coupez-les en tranches fines. Détaillez la mozzarella bien égouttée en fines tranches.

2 Déroulez la pâte avec son papier de cuisson sur la plaque du four. Tartinez-la de coulis de tomate en vous arrêtant à 1 cm du bord, tout autour. Couvrez de tranches de jambon, puis de champignons et de mozzarella. Poudrez de parmesan, salez, poivrez, parfumez de thym.

Roulez la pâte sur elle-même sans serrer. Faites des entailles à la surface, un peu comme un pain, et badigeonnez-la de jaune d'œuf battu.

3 Enfournez pour 25 à 30 min, jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Servez très chaud avec une salade.

NOTRE BON ACCORD : un tavel (rosé de la Vallée du Rhône).





Croque-röstis au saumon

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 5 min
Cuisson : 12 min

POUR 4 PERSONNES
8 röstis de pomme de terre (maison ou surgelés) ● 1 grosse poignée de pousses d'épinards (en sachet) ● 4 tranches de saumon fumé ● 1 citron bio ● 1 cuil. à soupe d'huile ● 20 g de beurre ● sel ● poivre du moulin

1 Faites chauffer le beurre et l'huile dans une grande poêle. Mettez-y les röstis à dorer à feu doux en les retournant (12 min au total s'ils sont surgelés). Salez, poivrez. Laissez-les tiédir sur un plat.

2 Pendant ce temps, coupez les épinards en lanières aux ciseaux.

3 Dès que les röstis sont tièdes, répartissez les tranches de saumon repliées sur 4 d'entre eux, couvrez de lanières d'épinards, poivrez légèrement, râpez un peu de zeste de citron. Posez les 4 autres röstis dessus, et servez.

NOTRE BON ACCORD : un côtes-de-gascogne IGP blanc.

Le conseil de CVF

Ajoutez un œuf au plat sur vos croque-röstis ou variez la garniture : bacon et rondelle de tomate, jambon.

Une semaine en cuisine



Spaghettis aux moules et au chorizo

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 15 min
Cuisson : 10 min

POUR 4 PERSONNES
300 g de spaghettis ● 1/2 chorizo fort ● 500 g de moules décoquillées (surgelées) ● 150 g d'oignons émincés (frais ou surgelés) ● 2 cuil. à soupe d'échalotes hachées (fraîches ou surgelées) ● 3 cuil. à soupe d'huile d'olive ● 2 cuil. à soupe de persil ciselé (frais ou surgelé) ● sel ● poivre

1 Ôtez la peau du chorizo, hachez-le grossièrement au couteau. Faites-le rôtir doucement à la poêle, pour qu'il devienne croustillant et élimine le maximum de graisse. Égouttez-le sur du papier absorbant.
2 Dans le même temps, faites chauffer l'huile dans une cocotte, mettez l'oignon et l'échalote à revenir. Ajoutez les moules, salez, poivrez et faites revenir à feu vif en remuant souvent, pendant 10 min.
3 Dans le même temps toujours, faites cuire les spaghettis dans une grande quantité d'eau bouillante salée, selon les indications du paquet.
4 Égouttez les spaghettis, versez-les dans un plat chaud. Ajoutez le contenu de la cocotte, mélangez, parsemez de «chapelure de chorizo» et de persil, servez aussitôt.
NOTRE BON ACCORD : un bordeaux blanc.

Boulettes aux poivrons

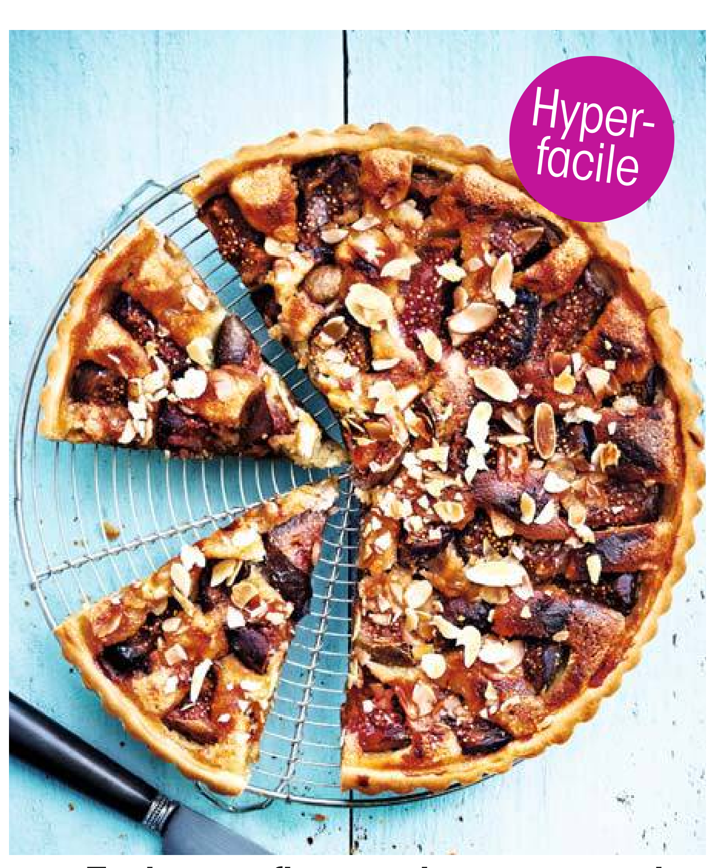
FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 20 min
Cuisson : 40 min

POUR 4 PERSONNES
200 g de steak haché ● 200 g de chair à saucisse ● 1 œuf ● 1 cuil. à soupe de graines de cumin ● 1 poivron rouge, 1 vert, 1 jaune ● 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ● sel ● poivre

1 Lavez les poivrons, coupez-les en fines lanières en les débarrassant des graines et des filaments blancs. Faites chauffer 1 cuillerée à soupe d'huile dans une cocotte, mettez-y les poivrons à revenir à feu moyen, salez, poivrez, remuez régulièrement pendant que vous préparez les boulettes.
2 Dans un saladier, réunissez le steak haché et la chair à saucisse, l'œuf et le cumin. Salez, poivrez, mélangez bien pour obtenir une préparation homogène. Formez ensuite des boulettes de la taille d'un petit œuf.
3 Égouttez les poivrons à l'écumoire et réservez-les. Faites chauffer le reste d'huile dans la même cocotte. Mettez-y revenir les boulettes à feu vif pour qu'elles soient colorées en les faisant rouler dans la cocotte. Remettez alors les poivrons, couvrez à demi et laissez mijoter 30 min.
Servez très chaud.
NOTRE BON ACCORD : un côtes-du-rhône rouge.
Sur une idée de Jean-François Mallet.







Tarte aux figues et aux amandes



FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 15 min
Cuisson : 40 min

POUR 6 PERSONNES
1 rouleau de pâte feuilletée • une vingtaine de figues • 100 g de sucre • 100 g de poudre d'amandes • 100 g de beurre salé • 2 œufs • 50 g d'amandes effilées

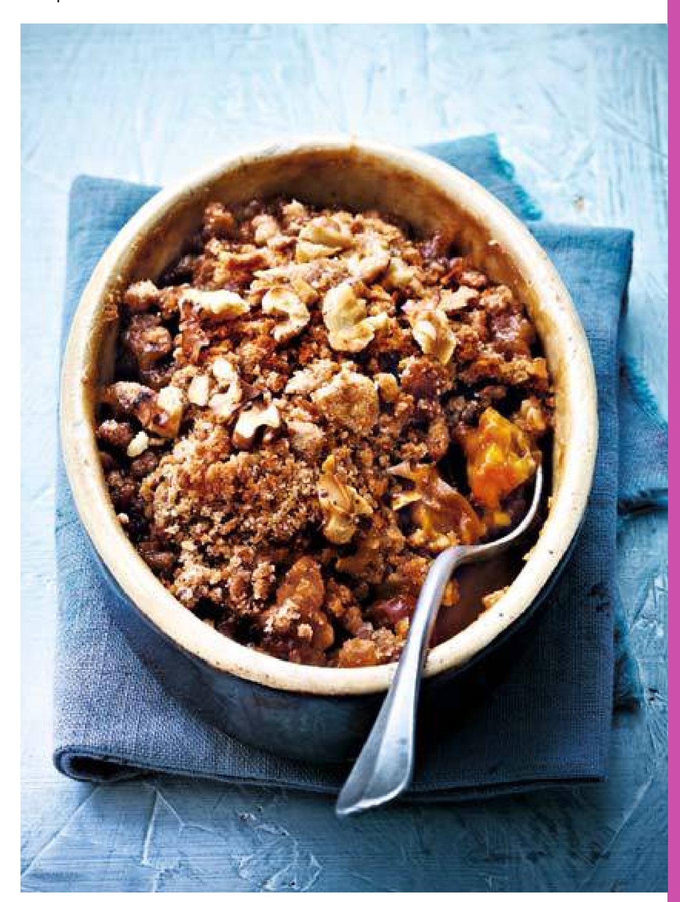
1 Préchauffez le four à 180°. Rincez et épongez les figues, coupez-les en deux dans le sens de la hauteur.
2 Faites fondre le beurre au micro-ondes ou dans une petite casserole. Versez-le dans une jatte et laissez-le tiédir. Ajoutez le sucre et la poudre d'amandes, fouettez longuement. Incorporez ensuite les œufs en fouettant.
3 Déroulez la pâte avec son papier de cuisson dans un moule à tarte. Disposez les figues sur la tarte, côté peau sur la pâte. Répartissez régulièrement la crème d'amandes sur les fruits.
4 Enfournez la tarte pour 35 min environ, jusqu'à ce qu'elle soit dorée. Démoulez-la sur une grille et laissez-la refroidir.
5 Torréfiez un peu les amandes effilées à sec dans une poêle, répartissez-les sur la tarte au moment de servir.
NOTRE BON ACCORD: un pineau-des-charentes (vin de liqueur).

Crumble de mirabelles aux spéculoos

FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 20 min
Cuisson : 35 min

POUR 4 PERSONNES
800 g de mirabelles • 8 spéculoos • 80 g de beurre mou • 80 g de farine • 100 g de cerneaux de noix (fraîches ou sèches)

1 Rincez les mirabelles et séchez-les. Fendez-les à l'aide d'un couteau sans séparer les deux moitiés pour les dénoyauter. Beurrez un plat à four et rangez-y les mirabelles pour qu'elles soient serrées.
2 Concassez grossièrement les noix au couteau, faites-les un peu torréfier à sec dans une poêle et répartissez-les sur les fruits.
3 Réduisez les spéculoos en poudre, à l'aide d'un mixeur ou d'un rouleau à pâtisserie.
4 Préchauffez le four à 180°. Dans un saladier, réunissez le reste de beurre très mou, la poudre de spéculoos et la farine. Soulevez le mélange en le frottant entre vos mains pour obtenir un gros «sable» (si nécessaire, rajoutez un peu de farine). Répartissez le sable sur les fruits.
5 Enfournez pour environ 30 min, jusqu'à ce que le crumble soit doré. Servez tiède.
NOTRE BON ACCORD : un muscat-de-beaumes-de-venise (vin doux naturel du Rhône).



Banc d'essai

LE KETCHUP

Les enfants l'adorent, de nombreux adultes lui restent fidèles. C'est l'un de nos condiments préférés. Nous en avons dégusté 8 achetés en grandes surfaces.

Texte et réalisation : Catherine Gerbod



Photo : Guillaume Czerw / photocuisine.com



Notre jury

Alex Barray, «shift manager» du restaurant *Frog Revolution* (Paris), Olivier Chaput, chef spécialiste de la transmission du goût par la cuisine aux enfants, fondateur de l'association Les enfants cuisinent et du bistrot créatif *Show Devant* (Villejuif), Camille Eysseric des épiceries fines Papa Sapiens, Alain Milliat, créateur des jus de fruits Alain Milliat (qui produit aussi un ketchup premium), Mathilde Samama, journaliste gastronomique et Catherine Gerbod de CVF.

Le ketchup est composé de tomates, de sucre, de sel, de vinaigre et d'épices. Nos jurés ont recherché les produits les plus équilibrés entre ces différents composants. Ils ont valorisé les ketchups alliant douceur et notes épicées et vinaigrées pour réveiller le palais. Ils ont aussi jugé la texture qui doit être ni trop liquide ni trop épaisse.

UN PRODUIT BASIQUE

L'offre s'est démultipliée. Non seulement le ketchup est proposé dans un grand choix de contenants mais il existe désormais des versions allégées en sucre ou pimentées. Nous n'avons testé que des ketchups classiques, toujours majoritaires à la vente. Dans notre échantillon, deux références sont certifiées bios. Plus chères au kilo, elles ne se sont pas démarquées à la dégustation.
L'écart de prix des produits testés est important : de 1,22 € à 7,02 € le kilo. Un écart à relativiser, car notre échantillon comprenait des contenants allant de 280 g à 565 g, ce qui a déjà un impact sur le prix (un même produit vaut toujours moins cher au kilo s'il est vendu en plus gros volume).

GOÛT STANDARD

Pour le jury, les produits n'ont pas montré de différences notables. Seul un produit s'est démarqué. Bouton d'Or et Heinz ont été moins consensuels.
La lecture des étiquettes a révélé des teneurs en sucre pour 100 g allant de 15,4 g (Danival) à 24 g (Bouton d'Or). Les doses de sel varient de 1,8 g (Heinz) à 2,9 g (Kania). Les références Carrefour et Auchan sont édulcorées au sirop de glucose-fructose. Danival associe sucre de canne et sirop de riz. Auchan et Carrefour contiennent de l'amidon de maïs, Monoprix Bio de l'amidon de tapioca et Danival de l'amidon de riz.
Certains indiquent la quantité de tomates pour 100 g : Carrefour (140 g), Heinz (148 g), Bouton d'Or (159 g) et Amora (170 g), dont la teneur plus élevée s'est ressentie à l'aveugle. Mais Danival indique une proportion de purée de tomates (67,3 %) ainsi qu'Auchan (67 %), Kania de concentré de tomates (72 %), Monoprix Bio de double concentré (30,4 %) ! Difficile, donc, de comparer les proportions de tomates… ■



AMORA
Tomato ketchup
1,52 € les 300 g *(5,07 €/kg)*
Chez Carrefour Market

Il a fait l'unanimité pour son goût de tomate cuisinée et son équilibre entre vinaigre, sucre et épices.
Pour : parfumé et épicé. Goût de sauce tomate travaillée avec légumes, épices et vinaigre. Texture épaisse. Équilibre acidité-sucre.
Contre : un peu grumeleux. Notes fumées. Goût de sauce chinoise (1 avis).

HEINZ
Tomato ketchup
1,54 € les 342 g *(4,50 €/kg)*
Chez Intermarché

Apprécié pour son côté fluide et vinaigré mais sa texture divise.
Pour : aspect lisse, brillant. Odeur de tomate. Texture onctueuse, crémeuse. Bon équilibre sucre-vinaigre.
Contre : couleur trop rose. Peu de parfum. Manque de relief. Texture un peu collante. Légère amertume. Acidité et sucre trop présents.

BOUTON D'OR
Ketchup
0,77 € les 290 g *(2,66 €/kg)*
Chez Intermarché

Certains défendent sa simplicité, d'autres critiquent son coté trop basique.
Pour : belle couleur. Odeur de tomate agréable. Bonne tenue. Goût assez franc. Simple et efficace.
Contre : goût de mauvaise épice et de concentré de tomates bas de gamme. Trop sucré. Texture un peu granuleuse. Notes de brûlé, peu épicé.

DANIVAL
Ketchup
3,93 € les 560 g *(7,02 €/kg)*
Chez Naturalia

Son côté naturel a séduit quelques dégustateurs mais les autres ont jugé qu'il manquait de personnalité.
Pour : couleur claire. Texture épaisse. Bonne odeur de tomate, de vinaigre et d'épices. Bien vinaigré. Équilibre entre épice, vinaigre et sucre.
Contre : peu d'arômes. Fin de bouche piquante. Un peu acide.



MONOPRIX BIO
Ketchup
1,68 € les 280 g *(6 €/kg)*
Chez Monoprix

Un produit qui n'a pas vraiment séduit sans non plus être détesté.
Pour : parfum de vinaigre et d'épices. Texture ni trop liquide ni trop épaisse. Parfum citronné.
Contre : peu de parfum au nez. Texture collante. Acidité désagréable. Déséquilibré, le sucre masque le goût de la tomate. Manque de netteté aromatique. Notes de tomate trop cuite.

CARREFOUR
Tomato ketchup
0,97 € les 340 g *(2,85 €/kg)*
Chez Carrefour Market

Un produit qui a paru manquer de naturel.
Pour : aspect brillant. Parfum de vinaigre et d'épices. Texture fluide. Goût assez relevé, bien vinaigré. Peu sucré.
Contre : aspect et goût trop industriels. Couleur artificielle. Texture trop lisse. Un peu trop acide, manque de goût de tomate, légèrement amer. Manque de fraîcheur aromatique. Assez salé.

AUCHAN
Tomato KetchUP
1,08 € les 560 g *(1,93 €/kg)*
Chez Simply Market

Un produit standard mais qui manque d'équilibre entre les différentes composantes : sucre, sel, vinaigre et concentré de tomates.
Pour : aspect brillant, lisse. Texture très crémeuse. Épicé.
Contre : arrière-goût désagréable. Trop liquide. Goût trop présent de vinaigre, de concentré de tomates et de piquant. Arôme chimique. Trop salé.

KANIA
Tomato ketchup
0,69 € les 565 g *(1,22 €/kg)*
Chez Lidl

Son côté industriel a déplu mais un dégustateur a apprécié sa simplicité.
Pour : aspect brillant. Notes de concentré de tomates et d'épices au nez. Texture crémeuse, lisse. Goût simple.
Contre : aspect peu naturel. Goût un peu écœurant, industriel. Texture épaisse, trop visqueuse. Très épicé, trop sucré, ressemble à de la sauce barbecue. Forte acidité. Trop salé.

Photos produits Thierry Legay

Déroulement du test

Les ketchups ont été agités, puis versés dans des ramequins pour être goûtés de façon anonyme. Nous les avons dégustés à la petite cuillère dans un ordre aléatoire. Les produits ont été achetés dans différentes grandes surfaces.
La dégustation s'est déroulée au *Frog Revolution,* l'un des restaurants-bars du groupe Frogpubs qui brasse ses propres bières et sert des plats américains type burgers, travers de porc fumés, tacos, frites…

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



Bonnes idées

ENVIE DES FRUITS DE L'ÉTÉ INDIEN

Pêches, prunes, melons, cassis, figues… c'est en cette saison que, gorgés de soleil, ils sont les meilleurs ! Profitez-en vite grâce à nos 15 recettes.

Recettes : Sophie Menut

Clafoutis pêches et pistaches

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES

Préchauffez le four à 180°. Pelez **500 g de pêches jaunes,** puis coupez-les en lamelles. Étalez-les dans un moule à manqué **beurré.** Réduisez **100 g de pistaches mondées non salées** en poudre. Dans un saladier, battez **3 œufs** avec **125 g de sucre blond**. Ajoutez **30 g de Maïzena, 1 cuil. à soupe de thé matcha,** les pistaches en poudre, **20 cl de lait** et **20 cl de crème liquide.** Versez ce mélange dans le moule et enfournez pour 30 min. Avant de servir, tiède ou froid, parsemez de **100 g de pistaches non salées** grossièrement concassées et d'un peu de **sucre glace.**

Crème aux figues

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES

Faites griller **75 g d'amandes mondées** à sec dans une petite poêle. Pelez **6 figues** et coupez-les en dés. Dans un saladier, mélangez **250 g de faisselle** bien égouttée avec **250 g de ricotta.** Incorporez **10 cl de sirop d'érable** et le zeste râpé de **1 citron bio,** puis les dés de figues et **125 g de flocons d'avoine.** Répartissez dans des verrines et laissez au frais jusqu'au moment de servir. Parsemez avec les amandes avant de servir.

Pêches farcies aux amaretti

POUR 4 PERSONNES

Préchauffez le four à 180°. Pelez **4 grosses pêches,** coupez-les en deux pour les dénoyauter. Émiettez **8 amaretti** (petits biscuits italiens) entre vos doigts. Mélangez-les avec **50 g de beurre** fondu et **50 g de chocolat noir** râpé. Remplissez chaque cavité de fruit avec un peu de ce mélange. Disposez les demi-pêches dans un moule à gratin et ajoutez 5 cl d'eau. Enfournez pour 15 min. Servez tiède avec une boule de **glace vanille** ou 1 cuillerée de **crème épaisse.**



Photo : Tom Swalens / Photocuisine

Gâteau fromager aux quetsches

Prêt à l'avance

POUR 6 PERSONNES

Préchauffez le four à 180°. Cassez **3 œufs** en séparant les jaunes des blancs. Dans un saladier, battez les jaunes avec **150 g de sucre** jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez **250 g de fromage blanc lisse** et **2 cuil. à soupe d'alcool de prune** en remuant. Versez **200 g de farine** et **1/2 paquet de levure chimique** tamisés. Battez les blancs en neige ferme et incorporez-les délicatement à la pâte. Versez le tout dans un moule à manqué **beurré.** Lavez **500 g de quetsches,** coupez-les en 2 pour les dénoyauter. Disposez-les sur la pâte et enfournez pour 1 h. Poudrez le gâteau refroidi de **30 g de sucre glace.**

Moelleux aux nectarines



POUR 6 PERSONNES

Préchauffez le four à 180°. Dans un saladier, fouettez **3 œufs** et **150 g de sucre** jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez **150 g de farine, 150 g de beurre** fondu, **1 cuil. à soupe de crème épaisse et 1 cuil. à café de vanille liquide.** Mélangez et versez dans un moule à manqué **beurré.** Pelez **4 nectarines** et émincez-les. Disposez-les sur la pâte. Enfournez pour 40 min. Pendant ce temps, faites chauffer 20 cl d'eau avec **75 g de sucre** et **une poignée de feuilles de verveine**, 10 min. Sortez le gâteau du four et, sans le démouler, imbibez-le de sirop de verveine. Servez à température ambiante.

Quatre-quarts aux reines-claudes

Prêt à l'avance

POUR 6 À 8 PERSONNES
Préchauffez le four à 180°. Dans une jatte, faites mousser **250 g de sucre** avec **5 œufs,** 5 min (fouet à main). Ajoutez **250 g de beurre demi-sel** mou et mélangez. Incorporez **250 g de farine** et **1 sachet de levure chimique.** Versez la pâte dans un moule à manqué **beurré.** Lavez **12 reines-claudes** et coupez-les en 2 pour les dénoyauter. Posez-les côté chair sur la pâte. Poudrez de **75 g de sucre roux** et enfournez pour 45 min. Laissez refroidir avant de servir.

Salade de figues et framboises

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES
Dans une casserole, portez à ébullition **400 g de framboises** et **150 g de sucre,** puis laissez sur feu doux 10 min. Laissez refroidir et mixez. Passez ce coulis à travers une passoire dans un saladier, ajoutez **5 cl de liqueur de framboise** et remuez. Versez dans des coupelles. Pelez **12 figues violettes** et coupez-les en 4. Rincez **400 g de framboises.** Disposez tous ces fruits sur le coulis. Servez frais.

Bavarois rouge

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES
Faites ramollir **6 feuilles de gélatine (12 g)** dans un bol d'eau froide. Mixez **800 g de fruits rouges mélangés** (framboises, cassis, myrtilles…), ajoutez **5 cl de liqueur de framboise.** Faites chauffer **10 cl de miel liquide** dans une petite casserole, diluez-y la gélatine essorée entre vos mains. Versez dans la purée de fruits et mélangez. Montez **25 cl de crème liquide entière** très froide en chantilly en lui ajoutant peu à peu **25 g de sucre glace.** Incorporez-la délicatement à la purée de fruits. Répartissez dans des verrines et laissez prendre au frais au moins 4 h.

Fruits au sirop

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES
Lavez **8 mirabelles** et dénoyautez-les. Pelez **4 pêches** et coupez-les en lamelles. Coupez **1 melon** en 2 et prélevez des boules de chair (à la cuillère parisienne). Dans une casserole, laissez frémir 5 min 50 cl d'eau avec **250 g de sucre** et **1 gousse de vanille** fendue et grattée. Placez les fruits dans une jatte avec le sirop. Laissez mariner 1 h. Égouttez les fruits et reversez le sirop dans la casserole. Laissez réduire sur feu vif puis nappez-en les fruits et laissez refroidir. Servez frais, décoré de **feuilles de menthe.**

Pot-pourri de fruits, crème au rhum

POUR 4 PERSONNES
Dans un saladier, mélangez **1 banane** en rondelles, **2 pommes** en cubes, **250 g de fruits rouges** et **1 grappe de raisin** égrénée. Dans une jatte, fouettez **5 jaunes d'œufs** avec **60 g de sucre, 2 cuil. à soupe de rhum,** le jus et le zeste râpé de **1 citron vert bio.** Versez dans une casserole et fouettez 5 min à feu tout doux. Laissez refroidir puis ajoutez **2 blancs d'œufs extra-frais** montés en neige très ferme. Dans des verres, versez la crème au rhum, couvrez de fruits et **150 g de noix** concassées. Servez rapidement.

Soupe de pêches

Prêt à l'avance

POUR 6 PERSONNES
Dans une casserole, mettez **50 cl de vin blanc moelleux** (coteaux-du-layon, muscat…), les zestes en ruban de **1 orange et 1 citron bios, 1 gousse de vanille** fendue, **2 brins de basilic** et **1 cuil. à café de grains de poivre de Sichuan.** Laissez cuire à feu doux 15 min. Pelez **1 kg de pêches** et émincez-les en grosses lamelles. Hors du feu, ajoutez-les dans le sirop. Laissez refroidir. Ôtez les aromates et placez au frais au moins 2 h. Servez bien froid décoré de **feuilles de basilic.**

À boire aussi…

One shot melon - pêche

Prêt à l'avance

POUR 4 VERRES Placez **1 melon** pelé et coupé en cubes dans le bol d'un blender (ou le bol d'un robot équipé du couteau), ajoutez **6 pêches** pelées et coupées en lamelles. Versez **1 cuil. à soupe de pastis, poivrez** et ajoutez 1 pincée de **noix muscade râpée.** Mixez fortement et dégustez bien frais.

Milk- shake framboise

POUR 4 VERRES Dans un blender (ou le bol d'un robot équipé du couteau), placez **250 g de framboises** rincées rapidement, **30 cl de lait, 4 boules de bonne glace vanille, 1 banane** coupée en rondelles et **quelques glaçons.** Mixez fortement pour obtenir une émulsion lisse. Dégustez aussitôt.

Virgin bellini

POUR 4 PERSONNES Dans un blender (ou le bol d'un robot équipé du couteau), placez **8 pêches** pelées et coupées en morceaux, le jus de **1 citron** et **quelques glaçons.** Mixez fortement. Versez **20 cl de limonade** et **20 cl d'eau pétillante**. Mélangez et servez rapidement décoré de **feuilles de menthe.**

Ice tea aux fruits

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES Préparez **1 litre de thé fort** (darjeeling ou earl grey). Dans une grande carafe, placez **1 poignée de framboises, 2 pêches** pelées et coupées en lamelles, **1 citron et 1 orange bios** lavés et coupés en tranches, **4 brins de menthe, 1 gousse de vanille** fendue et grattée et **2 cuil. à soupe de sirop de sucre de canne.** Versez le thé encore chaud dans la carafe. Laissez infuser au moins 2 h. Placez ensuite au réfrigérateur jusqu'au dernier moment. Pour servir, bien frais, filtrez le thé à l'aide d'une passoire fine.

+ DE RECETTES AVEC DES FRUITS DE L'ÉTÉ INDIEN SUR
cuisineetvinsdefrance.com

Quésaco ?

LE ROOIBOS

Originaire d'Afrique du Sud, cette boisson s'est fait une place entre le thé et la tisane grâce à sa personnalité unique.

Texte : Catherine Gerbod



RACINES PROFONDES

Le rooibos est obtenu à partir d'un arbuste sauvage, ou cultivé, du même nom, qui ne pousse qu'en Afrique du Sud. Il est appelé localement "red bush" parce qu'il devient rouge lorsqu'il sèche. D'où le surnom de "red tea" donné au rooibos et une confusion avec le thé alors qu'il n'appartient pas du tout à la famille botanique des théiers. Ses feuilles ont la forme d'aiguilles.

OÙ EN ACHETER

Il est disponible au rayon thé et tisanes, dans les boutiques de thé spécialisées et les épiceries fines. Il existe en vrac ou en sachets, nature ou aromatisé. Il est souvent issu d'un assemblage de plusieurs plantations. Plus rarement, il affiche un cru, à l'image du café ou du thé. Des productions sont certifiées bios et commerce équitable, mais certaines le sont sans le revendiquer. Son odeur n'est pas forcément révélatrice de son goût. *Prix : de 5 à 16 € le kilo selon la qualité et le conditionnement (vrac, sachets).*

MODE D'EMPLOI

Comptez une cuillerée à café rase (2 g environ) par tasse. Il s'infuse dans une eau (de préférence peu minéralisée) à 95° pendant au moins 3 minutes même si l'eau se colore vite. À la différence du thé, il ne développe pas d'amertume si on le laisse infuser longtemps. Il se sert également froid et inspire des cocktails. Sa couleur va du rouge intense au grenat lorsqu'il est infusé.

UN CARACTÈRE SINGULIER

Son berceau se situe dans la région sud-africaine du Cederberg où il est connu depuis 300 ans. Il y était une boisson locale issue de l'arbuste sauvage avant de conquérir le pays dans les années 1930 en devenant une plante cultivée. En fin d'été, le haut des buissons est coupé puis broyé. Étalé au soleil et humidifié, le rooibos s'oxyde et acquiert sa couleur rouge. Léger en tanins ou plus corsé, il délivre toujours une sensation de douceur. Riche en antioxydants et dépourvu de caféine (ou théine), il peut se consommer à toute heure.

Un produit de terroir

«Cultivé ou sauvage, le rooibos est influencé par le terroir. Son goût évolue en fonction du sol, de l'exposition, de l'altitude, des nappes phréatiques, de ce qui pousse autour…», explique Maria Kockman, de Cape and Cape. Depuis 2012, cette maison s'est donné pour mission de révéler la noblesse du rooibos, trop souvent considéré comme un ersatz du thé. Elle travaille avec des fermiers établis sur les meilleurs terroirs. Ses 10 crus de rooibos nature affichent une palette aromatique d'une diversité étonnante entre notes fumées, chocolatées, citronnées, épicées, florales, boisées, fruitées, miélées… La gamme inclut un rare rooibos sauvage et du rooibos «vert» (non oxydé), assortis de 15 variétés aromatisées. La typicité de cet arbuste tient beaucoup à ses racines. «Elles sont extrêmement longues, ce qui lui permet de pousser dans un sol sableux très pauvre, et de supporter des écarts de température extrêmes. Les tentatives pour l'implanter ailleurs ont échoué tant il est adapté à son terroir», souligne Maria Kockman.

Photo produit Thierry Legay - photo arbuste Cape and Cape / DR.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL



LE THON EN BOÎTE AU NATUREL OU À L'HUILE

"Le thon, c'est bon", disait le slogan. Et même s'il est parfois un peu décrié, on ne pourrait pas se passer de ce poisson en boîte pour improviser d'innombrables recettes.

Recettes : Pascale Mosnier

Dip de thon au piment

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES. Dans le bol d'un robot équipé d'un couteau, mettez **200 g de thon au naturel** égoutté à fond avec **100 g de fromage aux herbes** (type Boursin), 2 pincées de **piment d'Espelette** et les feuilles de **2 brins d'estragon.** Mixez pour obtenir une mousse lisse. Servez très frais avec des gressins et des bâtonnets de légumes crus.

Sandwiches thon et concombre

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES. Épluchez **1/2 concombre,** épépinez-le, coupez-le en très fines rondelles. Dans une jatte, travaillez à la fourchette **150 g de thon au naturel** égoutté à fond, avec **2 cuil. à soupe de mayonnaise** (maison ou en bocal) et le zeste finement râpé de **1 citron bio.** Ôtez la croûte de **6 tranches de pain de mie aux graines,** tartinez-les de thon. Placez les rondelles de concombre sur 3 tranches de pain,

Photo : Pierre-Alexandre Gaurier / Photocuisine



1 produit, 12 possibilités

posez dessus les 3 autres. Coupez les sandwiches en 4, maintenez-les avec des piques. Servez frais.

Champignons farcis

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES. Rincez, épongez **8 gros champignons de Paris.** Ôtez le pied et creusez un peu l'intérieur du chapeau. Travaillez à la fourchette **150 g de thon au naturel** égoutté à fond avec **3 cuil. à soupe de fromage frais** (type Philadelphia), **1 bouquet de ciboulette** ciselé et **1/2 cuil. à café de wasabi** («moutarde» verte japonaise). Garnissez-en les têtes des champignons, parsemez de **sésame doré** et servez bien frais.

Rillettes de thon au curry

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES. Dans une jatte, travaillez à la fourchette **200 g de thon au naturel** égoutté à fond, avec **3 cuil. à soupe de mayonnaise** (maison ou en bocal), **2 cuil. à café de câpres, 1 petit bouquet de coriandre** ciselé et **1 cuil. à café de pâte de curry mild** (en bocal). Tassez les rillettes dans des pots à confiture et placez au moins 12 h au frais. Servez avec du **pain grillé.**

Salade de pois chiches, thon et citron confit

Prêt à l'avance

Dans un saladier, réunissez **400 g de pois chiches en boîte** rincés et égouttés, **250 g de thon à l'huile** égoutté à fond, **l'écorce de 1 citron confit au sel** rincée et émincée très finement et **1 poignée de roquette. Salez, poivrez,** ajoutez **2 cuil. à soupe de l'huile du thon,** parsemez de **coriandre** ciselée et mélangez. Servez à température ambiante.

Pâtes au thon et à l'artichaut

POUR 4 PERSONNES. Faites cuire **350 g de farfalle** dans une grande quantité d'eau bouillante **salée,** selon les indications du paquet. Dans le même temps, coupez en deux **285 g de petits cœurs d'artichauts à l'huile** en bocal (type Polli). Égouttez les pâtes, arrosez-les avec **3 cuil. à soupe de l'huile des artichauts,** ajoutez les artichauts, **250 g de thon à l'huile** égoutté à fond, **le jus de 1 citron** et **2 cuil. à soupe de cerfeuil ciselé. Poivrez,** servez aussitôt.

Œufs mimosa au thon

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES. Faites durcir **6 œufs** 10 min dans de l'eau bouillante **salée,** passez-les sous l'eau froide, écalez-les, coupez-les en deux dans la longueur. Réservez les jaunes, rangez les coques de blancs sur un plat tapissé de **roquette.** Écrasez à la fourchette 3 jaunes avec **250 g de thon à l'huile** égoutté à fond, **2 cuil. à soupe de mayonnaise** (maison ou en bocal), **2 cuil. à soupe d'aneth ciselé** et du **poivre.** Remplissez les coques avec cette farce. Moulinez les 3 jaunes restants pour recouvrir les œufs de «vermicelles». Servez frais.

Cake au thon

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES. Préchauffez le four à 180°. Tapissez de papier sulfurisé un moule à cake. Dans le bol d'un robot, mélangez **300 g de thon à l'huile** égoutté à fond, **100 g de fromage râpé, 3 œufs, 10 cl de lait, 100 g de farine, 1 sachet de levure chimique, 2 cuil. à soupe de cognac** et **1 trait de Tabasco** pour obtenir une pâte homogène. Versez-la dans le moule et enfournez pour 40 min environ. Vérifiez la cuisson en plantant la lame d'un couteau au centre du cake (elle doit ressortir à peine humide). Démoulez le cake et laissez-le refroidir.

Accras au thon

POUR 4 PERSONNES. Dans une jatte, mélangez **250 g de farine, 1 sachet de levure chimique, 3 œufs** battus, **1/2 tablette de bouillon de volaille** émiettée et 1 bonne pincée de **sel.** Délayez avec 15 cl d'eau, et laissez reposer au moins 1 h. Dans une autre jatte, émiettez **300 g de thon à l'huile** égoutté à fond, ajoutez **2 gousses d'ail** et **1 oignon rouge** pelés et hachés, **1/2 bouquet de coriandre** et **1/2 bouquet de persil** ciselés, du **piment.** Mélangez les préparations, et à l'aide de 2 cuillères à soupe, faites tomber de petites quantités de pâte dans de l'**huile de friture** chauffée à 180°. Dès que les accras sont dorés, égouttez-les sur du papier absorbant. Servez aussitôt.

Pizza al tonno

POUR 4 PERSONNES. Préchauffez le four à 200°. Déroulez **1 pâte à pizza** sur une plaque à four tapissée de papier sulfurisé. Étalez une couche de **sauce tomate** sur la pâte, couvrez de très fines tranches de **2 tomates fraîches.** Parsemez de **250 g de thon au naturel** égoutté à fond et émietté. Arrosez de **1 filet d'huile d'olive.** Recouvrez de fines tranches de **mozzarella, poivrez.** Enfournez pour 25 min environ, jusqu'à ce que la pâte soit dorée.

Fricassée poivrons-thon

Prêt à l'avance

POUR 4 PERSONNES. Faites brunir **3 poivrons rouges** sous le gril du four en les retournant souvent (30 min). Enfermez-les dans un sac plastique et laissez refroidir. Pelez et épépinez-les. Coupez la chair en lanières. Dans une sauteuse, faites fondre 10 min **4 oignons** pelés et émincés, **2 gousses d'ail** hachées avec **2 cuil. à soupe d'huile d'olive.** Ajoutez les poivrons et **250 g de thon au naturel** égoutté à fond et émietté. Relevez de **piment d'Espelette, salez,** laissez confire 15 min. Servez chaud avec des **pâtes,** ou froid, en entrée.

Rillettes terre-mer



POUR 4 PERSONNES. Détaillez **250 g de jambon blanc** en morceaux. Mettez-les dans le bol d'un robot. Ajoutez **250 g de thon au naturel** égoutté à fond, **2 échalotes** pelées et hachées, **1/2 bouquet de persil** ciselé, **le jus de 1/2 citron, du poivre mignonnette** et **150 g de beurre mou.** Faites fonctionner l'appareil pour obtenir une préparation homogène (rajoutez **1 ou 2 cuil. à soupe de crème épaisse** si nécessaire pour lier). Réservez au frais au moins 6 h. Servez avec du **pain de campagne** toasté.

+ DE RECETTES AVEC UNE BOÎTE DE THON sur cuisineetvinsdefrance.com



LES VINS BIOS, BIODYNAMIQUES ET NATURELS

La consommation de vins bios ne cesse de progresser, mais savez-vous quel vin écologiquement correct vous buvez ?

Texte : Karine Valentin

Les boissons bios arrivent en 5e position dans l'acte d'achat du consommateur français, derrière les fruits et légumes, les produits laitiers, les œufs et l'épicerie, mais devant la viande. La France se place au 2e rang de la production mondiale de vin bio (après l'Espagne) et à la 1re place pour leur consommation. Sur la seule année 2014, celle-ci a augmenté de presque 14%.
Vin bio certes, mais entre les différents labels et philosophies, on a tendance à y voir flou. La première question à se poser et à laquelle nous allons tenter de répondre ici est : quelle différence entre le vin bio, le vin en biodynamie et le vin nature ?

LE BIO

Il est produit à partir de raisins issus de l'agriculture biologique telle que définie par l'UE. Son sigle qui remplace le AB français est une feuille formée d'étoiles symbolisant les États membres. Ce logo garantit que le raisin a été produit sans ajout d'engrais ni de pesticide, et que tous les produits utilisés dans la culture de la vigne répondent au cahier des charges fixé par l'Europe. Les vignerons utilisent des produits naturels tels que des insecticides végétaux, le cuivre ou le soufre. La vie des sols est préservée en favorisant la lutte naturelle entre les espèces. Une fois les raisins rentrés, les produits et procédés œnologiques au chais sont aussi soumis à des règles communes, comme la restriction des doses de soufre utilisées, par exemple.

LE BIODYNAMIQUE

De plus en plus de vignerons insatisfaits de la banalisation des règles européennes concernant le bio ont souhaité aller plus loin dans la démarche. Ils opèrent alors une mutation progressive vers la biodynamie. Vous repérerez leurs bouteilles à 2 logos : Biodyvin ou Demeter. Une viticulture en biodynamie préserve les équilibres naturels entre la terre, l'eau, l'air et le soleil, et privilégie les défenses internes de la plante. Le vigneron se sert du calendrier lunaire pour optimiser les traitements et les travaux de la vigne, utilise le fumier naturel (bouse, corne de vache…) pour créer ou entretenir une faune épigée (de surface), et surtout pratique la dynamisation avec des plantes (prêle…) ou des minéraux (silice…). Soigner la plante par des plantes aux facultés décuplées, telle est la méthode qui en donnant plus de vie aux sols en donne aussi aux vins.

LE NATUREL

Une fois que les deux premières étapes ont été franchies, voire une seule, certains vignerons ne souhaitent pas alourdir leur vin issu d'une agriculture plus propre. Ils proscrivent donc les intrants dans les cuves, se servant des levures indigènes, et limitent voire bannissent le soufre. On les identifie la plupart du temps à la mention «sans sulfite» de l'étiquette.
Cette 3e catégorie n'est soumise à aucune législation, seuls la bonne foi du vigneron et le goût du vin en attestent. L'Association des vins naturels (AVN) tente d'imposer une définition de ces flacons-là.





Pêle-mêle

LA LISTE DE NOS ENVIES

Sélection non exhaustive des coups de cœur de la rédaction.

Texte : Sophie Menut et Karine Valentin



SAINE LECTURE

Pour les gourmets anglophones, un superbe livre qui emporte ses lecteurs dans un voyage gustatif autour de 147 recettes saines qui allient plaisir, énergie et respect des saisons. À défaut de pouvoir partir dans un des hôtels de la chaîne Como Shambala, on se dépayse en cuisinant les plats proposés. *The Pleasures of Eating Well, de Christina Ong, éd. Clearview, 53 €.*



Envie de repartir en vacances ? À la rédaction on a testé deux adresses parisiennes ensoleillées.



Photo : Oka / DR.

NON SOLO CUCINA

Giuseppe Messina nous invite en Sicile avec des assiettes gorgées de soleil : caponata, pâtes à l'encre et aux seiches fraîches, filet de thon à l'ail rose, torta aux courgettes… *Menu à 26 € (midi), carte env. 50 €.*

MALOKA

Raphaël Rego dans sa *Maloka*, «maison commune» en langue tupi-guarani, nous balade aux 4 coins du Brésil pour une grande claque gustative. Laissez à la porte vos idées reçues, vous ne connaissez sans doute presque rien des ingrédients des plats que vous allez goûter : pao de queijo, vatapa, feijoada, sorbet d'açai… Ça déménage ! *Menu à 36 €.*

Le coup de gueule

A priori, rien de plus simple que la chapelure issue de pain dur mixé. Pourtant, nous avons reçu à la rédaction un échantillon qui contenait : huile de colza, sucre, farine de fève, vinaigre, dextrose de blé, beurre… Ouf ! Alors qu'il n'y a rien de meilleur que celle préparée maison !

L'instagram qui nous plaît

#Cannellevanille Originaire du Pays basque espagnol, Aran Goyoaga s'est installée à Seattle et nous met l'eau à la bouche avec ses recettes très inspirées où fruits et légumes sont à la fête, dans des variations colorées et souvent sans gluten.

Le coup de cœur

On craque pour la sole en direct de Concarneau préparée devant nous et servie meunière comme on l'aime à La Ferme Saint-Simon, le restaurant qui a le bon goût de remettre en haut de l'affiche tous les classiques.





À vos agendas

Salon du chocolat

Du 28 octobre au 1er novembre, on fait le plein de magnésium. 5 jours pour découvrir les chocolats venus des 5 continents à travers un salon aussi gourmand que complet, porte de Versailles, à Paris.

Gastronomie et vieilles voitures

Le 4 septembre, on file à Chantilly pour Chantilly Arts & Élegance Richard Mille : garden-party, défilé des plus belles voitures anciennes, démonstrations culinaires des grands chefs étoilés de la chaîne Relais & Châteaux. Une journée riche en émotions qui allie culture et gastronomie.

Tous au restaurant

Dans toute la France, à partir du 12 septembre on se connecte et on réserve sa table. L'idée : un menu acheté, un menu gratuit dans un étoilé, une brasserie ou un bistrot faisant partie des 1 200 restaurants participant à l'opération.
Du 19 septembre au 2 octobre.



À vos télés

À partir du 25 septembre, tous les dimanches, à 15 h, on retrouve Fred Chesneau sur Canal + dans sa nouvelle série Les Paris du Globe Cooker. Le cuisinier part à la découverte des communautés étrangères de Paris et de leurs meilleures recettes de cuisine, revues en version bonne humeur.



Photo : J-F. Julian / DR.

Bonne action

À partir du 23 septembre, pour répondre à l'opération "Je déj, je donne", glissez un titre restaurant dans une enveloppe et envoyez-la, sans l'affranchir, à Action contre la faim.

Châtaignes en stock

On tape "fête de la châtaigne" sur son moteur de recherche pour trouver celle qui est le plus près de chez soi. De la Corse à l'Ardèche, en passant par le Périgord, durant les mois d'octobre et de novembre, c'est l'occasion de déguster et mieux connaître ce fruit délicieux.

Dernier achat

CHAMPAGNE BRUT NATURE CHRISTOPHE MIGNON, 27,20 €

Le pinot meunier, 3e raisin de la Champagne, n'avait pas la même presse que ses confrères chardonnay et pinot meunier. Aujourd'hui, les vignerons maîtrisant parfaitement la technique, et surtout la nature de leurs vignes, produisent des champagnes à base de meunier qui régalent. Une bulle droite, intense et qui croque.



L'astuce

Sébastien Bertin, le pâtissier invité dans notre prochain numéro, conseille de poser le film étirable au contact d'une crème chaude afin d'éviter que la surface "croûte" en refroidissant.

Photos : DR. - Illustrations : cosmic-pony/fotolia.com - conçu par Freepik - pict rider/fotolia.com - bahrialtay/fotolia.com

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

La rédaction a testé pour vous

LES WOKS À TOUT FAIRE

Toute l'équipe de CVF est passée aux fourneaux pour tester une sélection de ces drôles de sauteuses. On vous livre nos avis en toute impartialité !

Texte : Sophie Menut - Sélection : Carine Darmon

Le wok est à la mode et c'est tant mieux. Présent dans chaque cuisine asiatique, il ne devrait pas tarder à trouver sa juste place dans les nôtres.

POURQUOI ?

Il correspond parfaitement à nos nouveaux styles de vie. La cuisine au wok est saine, savoureuse et synonyme de rapidité.

BIEN LE CHOISIR

Il existe des woks à tout prix et en différentes matières. Munis d'une queue ou de deux anses, tous sont vendus avec couvercle et grille pour une cuisson vapeur. Le fond incurvé et la forme évasée offrent quantité d'utilisations.

COMMENT S'EN SERVIR ?

Il permet de faire sauter des aliments, coupés en petits morceaux pour une cuisson rapide, en les remuant à feu vif. Ils absorbent peu de gras et gardent couleur, saveur et vitamines.

QUELS MODES DE CUISSON ?

SAUTER : on fait sauter les aliments les uns après les autres puis on les réchauffe ensemble. **FRIRE :** comme une friteuse mais avec beaucoup moins d'huile et à plus basse température. **ÉTUVER :** on couvre les aliments de liquide puis on laisse frémir. **À LA VAPEUR :** on place un panier en bambou sur la grille du wok et on verse de l'eau que l'on porte à ébullition.

1 BEKA MASTER

L'avis de Pascale

Les + Bonne contenance, assez léger donc facile à manipuler. Un assez bon rapport qualité/prix.

Les – Le manche n'est pas isolé, il chauffe, c'est dommage car on secoue sans cesse le wok pour cuisiner.

En tôle d'acier, revêtement antiadhésif. Compatible tous feux. Diam : 31 cm.

54,90 €

2 TEFAL HARD TITANIUM

L'avis de Carine

Les + Témoin lumineux rouge qui indique quand c'est chaud. Les aliments ne collent pas du tout. Il se nettoie très facilement. Très bon rapport qualité/prix.

Les – Manque d'originalité dans le design. Un peu petit pour une famille de 4 personnes.

En titanium. Diam : 28 cm. Compatible tous feux.

39,50 €



3

3 BEKA TRI-LUX

L'avis de Sophie

Les + Très élégant, il peut passer du fourneau à la table. L'inox est de grande qualité. N'attache pas. Les deux anses permettent de le manier facilement.

Les – L'inox restera-t-il toujours aussi beau après de nombreuses utilisations ?

Inox tri-pli. Compatible tous feux. Diam. : 34 cm.

139 €



4

4 DEMEYERE

L'avis de Catherine

Les + Il est léger, maniable, la poignée reste froide. Il est très beau.

Les – Les aliments ont tendance à coller sur les côtés. Les légumes mettent plus de temps à cuire que la viande. L'inox se raye facilement.

En acier inoxydable. Diam. : 30 cm.

189 €



5

5 STAUB

L'avis de Claudia

Les + La couleur est superbe. Monte très vite en température, les aliments n'accrochent pas, très facile à laver. Si solide qu'on peut le garder des générations !

Les – Le poids (3 kg), le prix.

En majolique (triple couche d'émail), intérieur fonte émaillée. Compatible tous feux. Diam. : 30 cm.

189 €

6 RIVIERA & BAR

L'avis de Karine

Les + Design, le seul électrique de notre test dispose d'un thermostat très sensible… Il peut même servir à mijoter.

Les – Il prend beaucoup de place et ne convient pas trop aux célibataires.

En fonte, revêtement antiadhésif. Électrique (15 positions). Diam. : 36 cm.

179,99 €

Photos DR.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

Dans cette page, tous les prix sont ceux conseillés par les fabricants.

3 CHEFS EN MER D'IRLANDE

Les coulisses de notre croisière

Au mois de mai sur *l'Austral,* l'un des navires de la flotte Ponant, si le soleil n'était pas sur la mer, il l'était dans les dîners de gala, les démonstrations culinaires et les conférences qui se sont succédé.

Texte : Karine Valentin - Photos : Laurence Fischer

Premier jour de mer. Le navire appareille de Dublin dans la soirée pour rejoindre l'île de Man et la ville de Douglas, sa capitale. Située entre l'Irlande et le Royaume-Uni, l'île à la forte identité est autonome et possède le plus ancien parlement du monde toujours en activité, le Tynwald. À bord, les 220 passagers comptent parmi eux **Jean-Luc Rocha,** le chef du *Cordeillan-Bages.* Meilleur Ouvrier de France en 2007, il a secondé Thierry Marx puis a pris la direction des cuisines du Relais & Châteaux médocain, propriété de la famille Cazes. Le soir, pour le premier des trois dîners de gala, son foie gras chaud en croûte de céréales suivi d'un agneau oriental aux épices font des courbettes aux vins des domaines Cazes, le graves Villa Bel Air, le châteauneuf-du-pape des Sénéchaux, et le superbe saint-estèphe Ormes de Pez 2008. La croisière s'amuse aussi dans la découverte d'inoubliables accords mets et vins.

ROCK ET TOQUES !

Deuxième jour, l'arrivée s'annonce rock and roll. Quatre silhouettes fantomatiques sous la pluie galloise accueillent *l'Austral :* Paul, John, Ringo et George. Les rues de Liverpool où le bateau est amarré depuis la mi-journée fredonnent *Let it be.* Entre la visite des deux cathédrales, l'une moderne et l'autre classiquement émouvante, équipage et



1 **Jean-Luc Rocha,** toujours sur le pont, au petit matin pour sa démonstration culinaire.



2 **Philippe Faure-Brac,** Meilleur Sommelier du monde, les passagers ont bu ses paroles…



3 Derrière son buffet de fromages, **Bernard Antony** a gentiment découpé ses comtés.

passagers se retrouvent dans un bar en sous-sol pour une bière nostalgique en écoutant *Penny Lane*. Revival…
À 17 heures, tous à bord ! **Bernard Antony,** le fromager des stars, investit le petit théâtre pour nous raconter sa vie rocambolesque et nous faire goûter ses fromages qui attendent depuis plusieurs semaines dans les frigos de la cuisine d'**Alain Morville**, le chef exécutif de Ponant.
Le jour suivant, *l'Austral* est à Belfast, en face du musée du *Titanic*. Après un bref tour de la ville et une escapade à la Chaussée des Géants, site naturel inouï, le restaurant se remplit alors que le bateau quitte les rives irlandaises pour l'Écosse. **Alain Pégouret**, le deuxième chef invité par *CVF*, finit de dresser les œufs fumés sur leur lit de petits légumes de printemps, une entrée classique du *Laurent*. La volaille qui suit, voluptueusement cuite et assortie de morilles, offre un moelleux rêvé avant le dessert au chocolat parfaitement maîtrisé par Rémi, le chef pâtissier.
Le lendemain, à peine le navire accoste-t-il en Écosse que **Patrick Mahé**, ancien rédacteur en chef de *Paris Match* et *Télé 7 jours,* un Breton féru de cornemuse, nous téléporte dans l'imaginaire celtique pour nous conter sa part des anges et les whiskies du monde.
Ullapool, Stornoway, les îles Hébrides commencent à s'habituer à la ligne épurée du navire qui se glisse dans les fjords sur une mer lisse où quelques rares rayons font miroiter la lande écossaise dans les eaux calmes.



TOUT UN UNIVERS

À Stornoway, sur l'île de Lewis, les passagers connaisseurs achètent du tweed avant de remonter à bord pour boire les paroles de **Philippe Faure-Brac** et écouter la douce musicalité du champagne à travers cinq cuvées exceptionnelles des grandes maisons.
Sitôt le dernier *Clos des Goisses* de Philipponnat avalé, il faut enfiler sa tenue de soirée et découvrir les recettes du menu de gala classiquement et parfaitement cuisiné par **Alain Solivérès,** qui a su créer l'univers de sa cuisine du *Taillevent* sur le bateau, sa tourte canard et foie gras est une exception et sa sauce, une illumination. Applaudi par les passagers, il remonte de la cuisine pour signer les menus, avec la décontraction du professionnel qui sait… Philippe Faure-Brac aura par ses commentaires sur les accords mets et vins largement contribué à la réussite de ce troisième et dernier dîner de gala. Demain *l'Austral* sera à quai à Glasgow et la 5e croisière *Cuisine et Vins de France* – Ponant se terminera avec le brio qui l'anime depuis le début.
L'an prochain en août, c'est en Italie que nos chefs vous régaleront.

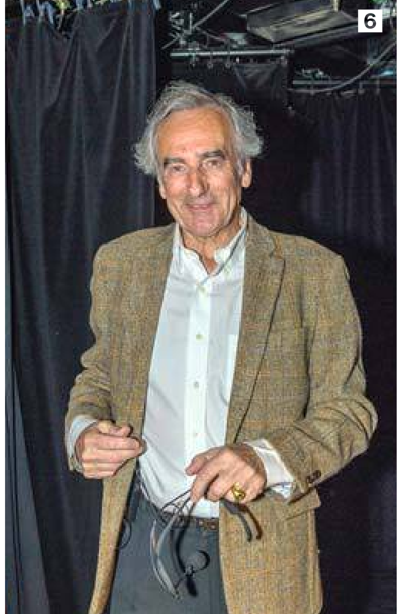
4 De Dublin à Glasgow, ***l'Austral*** a fendu les eaux de la mer d'Irlande, à la découverte des paysages fabuleux de ces terres celtes… et vikings !

5 Le grand professionnalisme d'**Alain Pégouret,** concentré sur ses asperges.

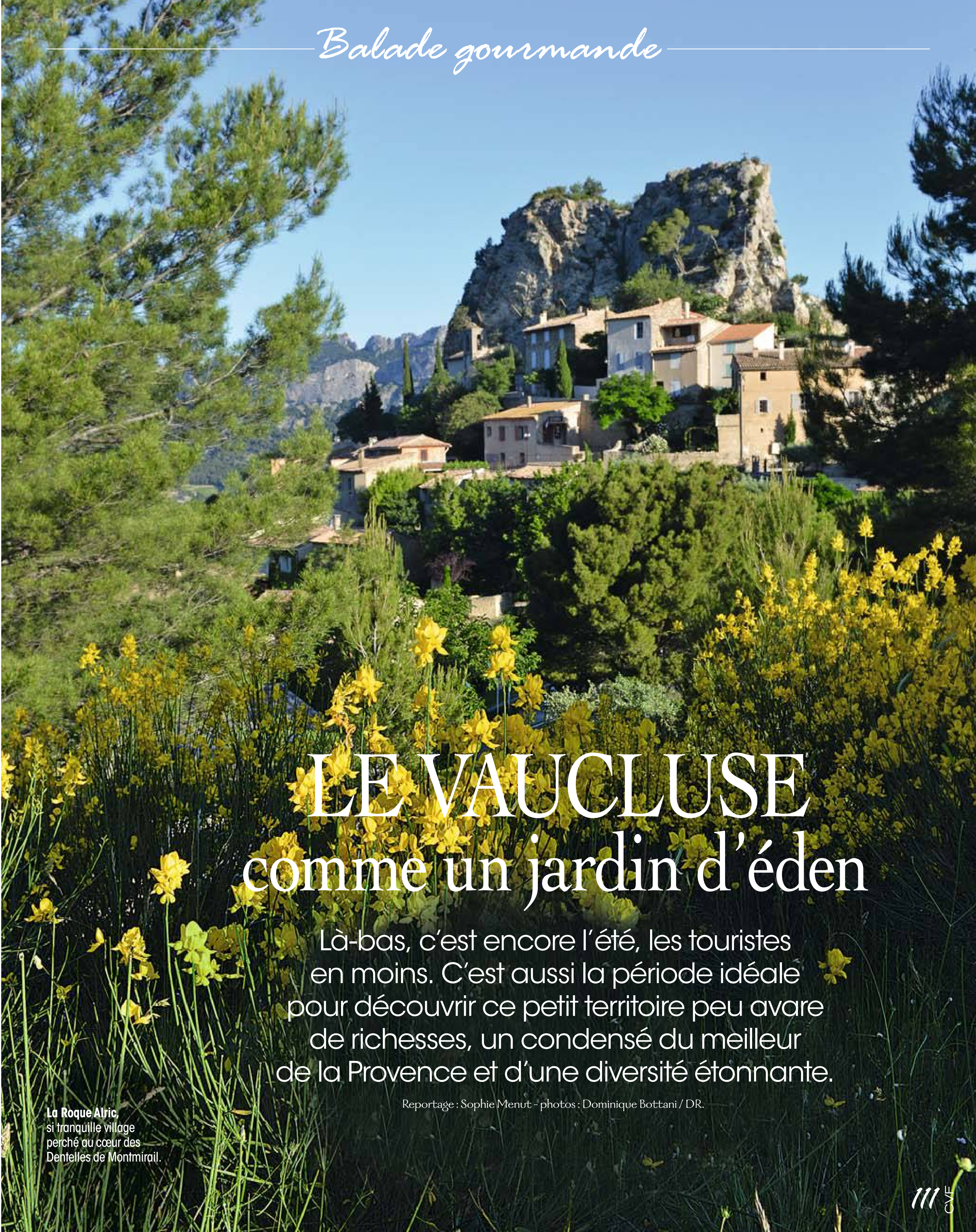
6 Une croisière en Écosse ne peut se passer du spécialiste de la culture celtique **Patrick Mahé.**

7 **Alain Solivérès,** la force tranquille du *Taillevent.*









LE VAUCLUSE comme un jardin d'éden

Là-bas, c'est encore l'été, les touristes en moins. C'est aussi la période idéale pour découvrir ce petit territoire peu avare de richesses, un condensé du meilleur de la Provence et d'une diversité étonnante.

Reportage : Sophie Menut - photos : Dominique Bottani / DR.

La Roque Alric, si tranquille village perché au cœur des Dentelles de Montmirail.

Dans ses énumérations, le Vaucluse pourrait évoquer des clichés de carte postale : Avignon, les Dentelles de Montmirail, le Luberon, le Mont-Ventoux,… Miel, huile d'olive, lavande, truffes, amandes… ce jardin extraordinaire regorge de merveilles à déguster. Il est également l'un des plus grands départements viticoles de France offrant de nombreux grands crus réputés.

UN TERRITOIRE UNIQUE

Façonné de massifs ponctués de quantités de vallées closes (les *Vallis clausa*, qui ont donné leur nom au département), de plaines verdoyantes, de forêts immenses et de villages haut perchés (pas moins de sept sont classés parmi les Plus Beaux Villages de France), le Vaucluse, alors qu'il attire des curieux de tous horizons, a su conserver son authenticité et préserver son environnement. Ici pas de tours d'immeubles ou de lotissements à la file. De nombreuses bourgades ont conservé la belle tradition des façades en pierres sèches.

Parce qu'il faut bien choisir un itinéraire pour débuter cette balade, pourquoi ne pas simplement prévoir de s'arrêter à la gare TGV d'Avignon pour se sentir déjà ailleurs et commencer la villégiature ? Et comme il faut aussi choisir un prétexte à la découverte, optez donc pour celui de la gourmandise. Ici c'est facile, tout n'est qu'un appel à savourer les produits du terroir. Enfin, parce qu'il faut bien prendre une direction,commencez par poser votre valise à Fontaine-de-Vaucluse.


1

AU PLUS PRÈS DE LA NATURE

Le Vaucluse regorge d'artisans et de producteurs. Ceux rencontrés représentent comme un instantané de vie, de savoir-faire et d'excellence : de parfaits ambassadeurs du département.

Direction le marché de Coustellet. Il regroupe plus de quatre-vingts artisans. Tous les produits proposés sont issus de la production locale. C'est ici que l'on peut rencontrer David et Fabien, éleveurs de cochons qui font déguster leurs caillettes, figatelli, saucissons élaborés avec soin. Poussez un peu plus loin pour retrouver la tendre viande d'agneau d'Émilie et Émilien.

Il ne faut pas oublier de faire un tour à Ménerbes ni d'aller visiter le musée de la truffe, joyau de la région. Prévoyez aussi de déguster un verre de gigondas ou de muscat-de-beaumes-de-venise en haut du château de Beaucet pour admirer la vue à 360°. À propos de château, allez donc humer un peu d'histoire à Bonnieux, Lacoste et Oppède, trois villages qui ont contribué à l'écrire. Enfin, il est inévitable de faire étape à l'Isle-sur-la-Sorgue et de succomber au charme de ses canaux entrelacés, qui lui donnent des allures vénitiennes. En sortant, ne manquez pas de vous ravitailler en pommes chez Nicolas et Virginie, qui en cultivent plus de dix sortes, toutes en bio.

Si le temps vous manque pour pousser jusqu'à l'Enclave des papes, admirer les vestiges antiques de Vaison-la-Romaine, vous délecter des nectars des vignobles de Vacqueyras ou de Châteauneuf-du-Pape, admirer le Rhône depuis le pont d'Avignon, les ocres de Roussillon ou encore les massifs du Luberon… il ne vous reste plus qu'à revenir très vite. ■

Le Vaucluse en quelques chiffres

3e département producteur d'AOC
3e département producteur de bio
1er producteur de raisin de table
576 apiculteurs
650 agriculteurs pratiquant l'agritourisme
40 circuits balisés permettant de parcourir 1500 km à vélo.

1 Chaque village du Vaucluse peut s'enorgueillir d'une ou plusieurs **fontaines** d'où jaillissent les sources locales, comme ici à Pernes-les-Fontaines, le bien nommé.

2 **Émilien Bonnet** et une de ses brebis mérinos au retour de pâturages.

3 **À Fontaine-de-Vaucluse,** les rives verdoyantes de la Sorgue ont inspiré de nombreux artistes dont Pétrarque, Frédéric Mistral ou encore René Char.

4 **Oppède-le-Vieux**, bâti au sommet d'un éperon rocheux, est typique de la région avec ces maisons bâties en pierres sèches et les ruines d'un château du Moyen Âge.

2

3

4









1 Les amandes enrobées de miel de **Philippe Silvain** refroidissent avant d'être coupées en barres à croquer.

2 **Nicolas et Virginie Berger** cultivent plus de dix variétés de pommes bios et en font aussi des jus.

3 **David Aurand** prépare saucissons, figatelli, jambons et pâtés issus de ses cochons élevés en plein air.

4 **Jean** est le grand spécialiste du miel chez les Silvain. Il est intarissable sur les productions régionales.

Carnet de voyage

BONNES TABLES

La Véranda. Dans les ruelles de Ménerbes, depuis la salle avec vue sur la vallée ou la terrasse ombragée, c'est le chef Hubert Tarbouriech qui vous servira des plats limpides et goûteux à la présentation impeccable. Plat du jour 16 €. Menus 35 € et 47 €.

Le Jardin du Quai. À L'Isle-sur-la-Sorgue, une salle digne de la Provence de Pagnol donne sur un vaste jardin bucolique. Service attentif, table soignée. Menu déj. 37 €, dîner 45 €.

Le Gajuléa. Au Barroux, après la visite du château, allez vous rassasier chez Michel Philibert, le truculent chef, grand spécialiste de la truffe qui manie les produits régionaux avec talent. Menus 44 €, 60 €, 75 €.

Le Phébus. Sur les hauteurs de Gordes, à Joucas, la table de Xavier Mathieu se fait enchanteresse. Il revisite le terroir avec panache pour vous faire passer, installé sur la terrasse ou dans l'élégante salle à manger, un inoubliable moment. Menus 75 €, 115 €, 160 €.

HALTES DE CHARME

L'hôtel du Poète. À Fontaine-de-Vaucluse, cet ancien moulin, pensé comme une maison d'hôte, avec jardin et piscine, est un point de chute parfait pour se reposer après vos visites dans la région. Chambres à partir de 98 €.

La Bastide de Gordes et *Restaurant Pèir*. Une bâtisse à flanc de remparts, Pierre Gagnaire en cuisine et une luxueuse décoration provençale font de la halte un moment privilégié. Chambres à partir de 195 €, menus à partir de 75 €.

Les Hameaux des Davids. Dans un domaine viticole, trois merveilleuses bâtisses aux confins du parc national du Luberon. La location à partir de 1610 € (basse saison, 3 ch) la semaine.

PANIERS GOURMANDS

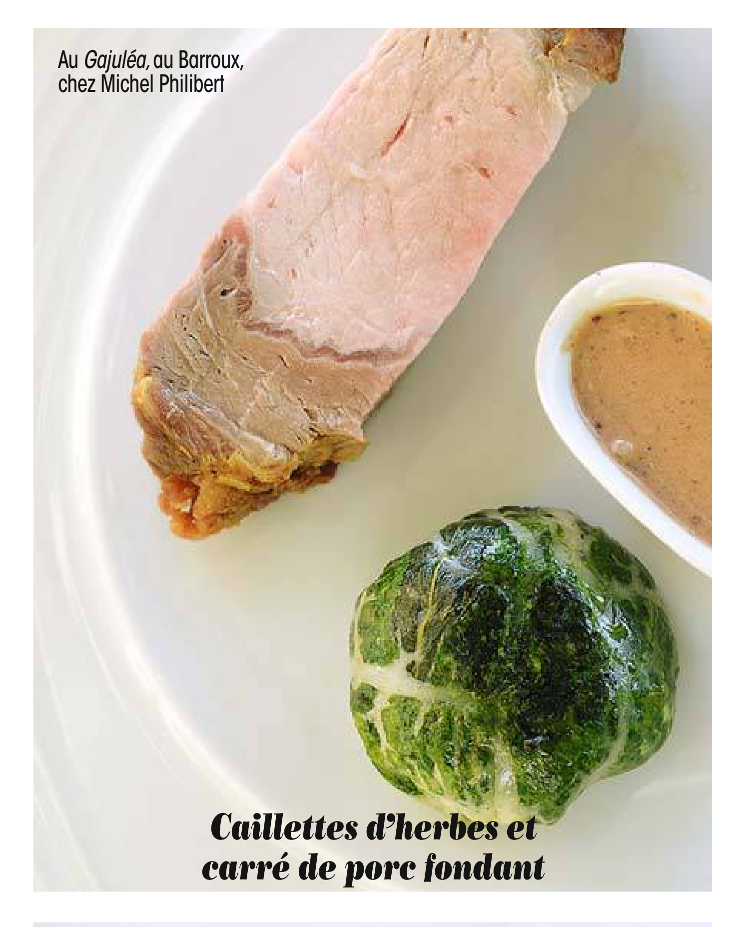
Silvain. À Saint-Didier, ces paysans nougatiers exploitent près de 400 ruches et 25 hectares d'amandiers pour fabriquer artisanalement treize variétés de nougats.

L'Étable montilienne. David Aurand et Fabien Lantin, jeunes éleveurs de cochons, exercent leur métier avec une exigence de qualité qui se retrouve dans leurs savoureuses charcuteries.

Fica fruits. Nicolas et Virginie cultivent dix sortes de pommes sur 40 hectares, à chercher directement dans leur ferme, sans oublier leurs délicieux jus bios… de pomme.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL









VOIR NOS RECETTES PAGE SUIVANTE

Caillettes d'herbes et carré de porc fondant

UN PEU DÉLICAT MAIS BON MARCHÉ
Préparation : 40 min
Cuisson : 50 min

POUR 4 PERSONNES
1 carré de porc (600 g) • 600 g d'épinards frais • 100 d'échine de porc hachée • 100 g de crépine de porc • 2 brins de persil plat • 2 brins de basilic • 4 feuilles de sauge • 10 cl de crème liquide • 45 g de beurre • 1 cuil. à café de fond de veau en poudre • sel • poivre

1 Préchauffez le four à 180°. Faites colorer à la poêle le carré sans matière grasse. Salez, poivrez, puis posez-le dans un plat à gratin et enfournez pour 30 min. **Passé ce temps,** sortez le plat du four (ne l'éteignez pas) et laissez reposer le carré 30 min emballé dans une feuille de papier-alu.
2 Pendant ce temps, diluez le fond de veau dans 10 cl d'eau bouillante. Versez-le dans le plat du carré en grattant les sucs de cuisson à la spatule, ajoutez la crème et 25 g de beurre en dés, mélangez et réservez au chaud.
3 Faites "tomber" les épinards à la poêle avec le reste de beurre. Laissez tiédir et essorez-les à la main pour ôter le maximum d'eau. Rincez et épongez le persil et le basilic. Mixez-les avec les épinards. Ajoutez le porc haché, assaisonnez et mélangez bien. Façonnez 4 grosses boules.
4 Rincez la crépine à l'eau froide et épongez-la. Coupez-la en 4 carrés. Déposez dessus les boules aux épinards. Placez sur chacune 1 feuille de sauge et enveloppez-les hermétiquement. Disposez-les dans un plat et enfournez pour 20 min.
5 Servez 1 caillette, un morceau de carré de porc et un peu de sauce dans chaque assiette.
NOTRE BON ACCORD : un côtes-du-rhône-villages Laudun blanc.

Velouté de courgettes

UN PEU DÉLICAT, BON MARCHÉ
Préparation : 30 min
Congélation : 1 h
Cuisson : 45 min

POUR 4 PERSONNES
1 kg de courgettes • 1/2 boule de céleri-rave • 1/2 baguette • 4 tomates cerises • 4 radis • 4 pois gourmands • 50 g de petits pois • 2 brins de menthe • 1 brin de basilic • 1 brin d'aneth • 2 cuil. à soupe d'huile d'olive • 20 g de beurre • sel • poivre

1 Coupez la baguette en deux tronçons et et placez-les au congélateur au moins 1 h.
2 Pendant ce temps, épluchez le céleri, coupez-le en cubes et faites-le cuire 20 min dans une casserole d'eau bouillante salée. Quand le céleri est tendre, égouttez et mixez-le en purée fine. Incorporez le beurre et réservez.
3 Lavez les courgettes et coupez-les en rondelles sans les peler. Faites-les cuire à l'eau bouillante salée 20 min. **Passez les courgettes** sous l'eau froide (pour qu'elles gardent leur belle couleur) et égouttez-les. Mixez-les avec la menthe effeuillée (au mixeur-plongeant). Salez et poivrez. Conservez au froid.
4 Faites cuire les petits pois et les pois gourmands 5 min à l'eau bouillante salée. Passez-les sous l'eau froide et égouttez-les. Coupez les pois gourmands en tronçons et les tomates en quartiers. Lavez les radis et émincez-les.
5 À l'aide d'un couteau à dents (ou d'une trancheuse), taillez chaque morceau de pain durci en tranches fines dans la longueur et toastez-les au grille-pain. Huilez-les et disposez dessus les petits pois, les pois gourmands, les tomates et les radis.
6 Répartissez le velouté froid dans des bols, disposez au centre une quenelle de purée de céleri, décorez d'aneth et de basilic et déposez une tartine sur le bord de chaque bol.
NOTRE BON ACCORD : un gigondas rosé (Vallée du Rhône).

Brioche façon pain perdu

ASSEZ FACILE ET BON MARCHÉ
Préparation : 30 min
Cuisson : 10 min

POUR 4 PERSONNES
4 tranches épaisses de brioche rassise • 200 g de fraises • 10 cl de crème liquide • 2 jaunes d'œufs • 150 g de sucre • 25 g d'amandes effilées • 1 gousse de vanille • 50 g de beurre • 1 cuil. à soupe d'huile neutre

1 Faites chauffer à sec 100 g de sucre dans une casserole à fond épais pour réaliser un caramel. Ajoutez alors les amandes, mélangez bien et étalez le tout sur une plaque tapissée de papier cuisson légèrement huilé. Laissez refroidir.
2 Lavez les fraises rapidement et équeutez-les. Coupez-les en deux dans le sens de la hauteur. Réservez-les.
3 Coupez chaque tranche de brioche en trois bandes. Fendez la gousse de vanille et récupérez les graines. Dans une assiette creuse, fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre restant et les graines de vanille. Ajoutez la crème liquide et mélangez.
4 Faites mousser le beurre dans une poêle. Passez les bandes de brioche dans l'œuf sucré, puis faites dorer 1 min de chaque côté dans le beurre.
5 Cassez le caramel en petits morceaux et placez-les sur les tranches de brioche. Disposez harmonieusement les morceaux de fraises. Servez rapidement.
NOTRE BON ACCORD : un muscat-de-beaumes-de-Venise (vin doux naturel, Vallée du Rhône).

Petits-gris de Provence

UN PEU DÉLICAT ET ABORDABLE
Préparation : 25 min
Cuisson : 30 min

POUR 4 PERSONNES
20 escargots en boîte • 1 bulbe de fenouil • 1 petite pomme de terre • 1 échalote • 20 cl de bouillon de légumes • 250 g de petites girolles • 1 gousse d'ail • 12 oignons grelots surgelés • 5 bonbons à la réglisse • 120 g de sucre • 10 cl de crème liquide • 15 cl de vin blanc sec • 15 cl de vinaigre blanc • 1 cuil. à soupe de vinaigre de Xérès • 1 cuil. à soupe d'huile d'olive • 30 g de beurre • sel • poivre

1 Pelez la pomme de terre et lavez le fenouil, coupez ces légumes en morceaux. **Pelez l'échalote** et ciselez-la. Faites la blondir à l'huile dans une casserole. Ajoutez les dés de légumes, versez le bouillon de légumes, salez et poivrez et laissez cuire 15 min. Mixez (mixeur-plongeant) en purée épaisse. Gardez au chaud
2 Lavez les girolles. Pelez l'ail et dégermez-le. Faites chauffer le vinaigre blanc, le vin et le sucre dans une casserole. Ébouillantez-y 15 secondes les girolles, l'ail et les oignons. Égouttez-les sur du papier absorbant.
3 Dans une petite casserole, faites chauffer la crème liquide avec les bonbons 5 min, puis mixez fortement afin de faire fondre les bonbons. Ajoutez le vinaigre de Xérès, salez légèrement et réservez au chaud.
4 Rincez les escargots. Faites mousser le beurre dans une sauteuse et faites poêler les escargots environ 3 min.
5 Déposez un peu de purée chaude dans des assiettes, répartissez les escargots et les légumes au vinaigre. Fouettez la crème réglissée pour qu'elle mousse, versez-la sur les assiettes. Servez.
NOTRE BON ACCORD : un ventoux blanc (Vallée du Rhône).

L'huile de la Tourangelle



Découvrez les trois huiles infusées et l'huile de coco de La Tourangelle. Huiles de caractère, elles s'utilisent pour des poêlées de légumes ou pour assaisonner vos plats. Sans arôme ajouté et conservées dans leur joli bidon opaque, elles ne pourront que ravir vos papilles.

Prix conseillé : 21,99 € les 250 ml

Des minilégumes frais et savoureux



Avec Croq'Radis et Croq'Carotte, Planète Végétal propose un produit simple, sain et équilibré. Entier ou découpé, Croq'Radis et Croq'Carotte remplacent avantageusement les chips et biscuits salés à l'apéritif, donnent du croquant et de la couleur aux salades et se rendent indispensables pour les pique-niques au grand air.

Prix conseillés : Croq'Carotte : 1 € (500 g)
Croq'Radis : 1 € (250 g)

Un week-end nature aux Étangs de Corot



À seulement quelques minutes de Paris, Ville-d'Avray est une commune préservée où de nombreux artistes et écrivains ont choisi de vivre depuis deux siècles, à l'écart des modes. Au cœur de cette histoire, l'hôtel Les Étangs de Corot trône, dans un environnement bucolique miraculeusement intact depuis plus d'un siècle et demi. Pour adoucir la rentrée, offrez-vous une douce escapade le temps d'un week-end ensoleillé dans notre havre de paix. Du mercredi soir au dimanche midi, profitez de notre offre « Échappée Gastronomique » comprenant une nuit au calme des étangs, les petits déjeuners et un savoureux repas dans notre restaurant étoilé Le Corot, pour deux personnes.

490 € pour deux personnes. Contactez-nous au 01 41 15 37 00 ou reservations@etangs-corot.com

À VOS TABLETTES !

Notre sélection d'applications et de sites Internet pour une cuisine à portée de clic.

Texte : Clotilde Roux

Notre blog préféré

PLUS UNE MIETTE DANS L'ASSIETTE



Blogueuse et auteur culinaire, Émilie réalise de bonnes et très belles recettes, à découvrir sur **plusunemiettedanslassiette.fr**

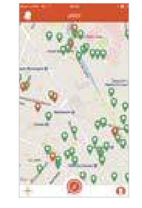
Atelier des chefs : iChef

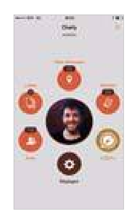
COURS DE CUISINE EN DIRECT !

L'atelier des Chefs, pour rendre la cuisine accessible à tous, étend ses cours au live avec la chef Cathleen. Quatre soirs par semaine, i-Chef (**sur atliersdeschefs.fr**) vous permet de réaliser une recette en direct, connecté depuis votre écran. Après avoir acheté vos ingrédients, connectez-vous et suivez les indications de la chef pour réaliser votre plat. Cathleen répondra en direct à vos interrogations et prodiguera conseils et astuces. Ludique et pratique, le service est sans engagement et résiliable à tout moment. Pour vous perfectionner, les cours sont disponibles en replay tandis qu'une hotline des chefs en chat est mise en place en semaine de 17 h à 20 h. Les recettes sont programmées en fonction des saisons, des fêtes et des invités (comme le Top Chef Norbert Tarayre). Alors, prêt à passer derrière les fourneaux ?



Photo : L'atelier des Chefs / D.R.





Uggy

… LES BONS TUYAUX

Pour s'y retrouver dans la multitude de choix et de recommandations de restaurants, Charles Lucas a lancé une application de mise en relation de recherches de bons plans. Basé sur un système de géolocalisation, Uggy (disponible sur l'App Store et Google Play) réunit les recommandations de ses propres amis ou de prescripteurs «experts». Un outil parfait pour prévoir son dîner en fonction des avis et conseils d'un cercle qui partage vos goûts et vos attentes. Malin et pratique !

Rue des vignerons

EN DIRECT DE CHEZ LES PRODUCTEURS

Ruedesvignerons.com rend le vignoble français accessible. Les visiteurs réservent leur dégustation dans les propriétés viticoles de France grâce à ce concept testé et approuvé par les clients et les domaines partenaires sélectionnés.





Le café ZA

LE RESTAURANT DIGITALISÉ

La restauration évolue avec son temps. Le café *ZA* s'est doté d'une solution digitale développée par Touch and Play : une fois son application mobile téléchargée, vous pourrez passer commande et payer via votre mobile. La commande validée sera acheminée à votre place par un tapis roulant. Passé l'étonnement de la technologie, vous apprécierez la cuisine de ce restaurant précurseur, situé dans le centre de Paris.

SUR LE SITE DE CVF

Retrouvez encore plus de recettes sur **cuisineetvinsdefrance.com** et aussi des infos, des accords mets et vins, des vidéos et des astuces, ainsi que notre sélection de blogs culinaires. Pour surfer tout l'été…

Photos : D.R.

VOIR NOTRE CARNET D'ADRESSES EN FIN DE JOURNAL

Carnet d'adresses

SHOPPING GOURMAND p. 10

Assiettes et compagnie : 15, avenue Serrano, 64200 Biarritz. Tél. 05 47 64 01 41. Boutiques en ligne et points de vente sur www.assiettesetcompagnie.com
Bokor : sur www.bokor.fr
Davoli : 34, rue Cler, 75007 Paris ou sur www.davoli.fr
Déglon : www.deglon.fr
Henri le Roux : www.chocolatleroux.com
Infuz : boutiques et points de vente sur www.infuz.eu
Bernard Loiseau : moutarde en vente sur www.boutique-loiseau-com
Les Deux Gourmands : Ferme Neuve RD 307, 78121 Crespieres. Tél. 01 30 57 07 73 et points de vente sur www.lesdeuxgourmands.fr
Les thés d'Anne-Sophie Pic : 210, avenue Victor Hugo, 26000 Valence. Tél. 04 75 25 07 07 et www.anne-sophie-pic.com et Maison de thé Jugetsudo : 95 rue de Seine, 75006 Paris et sur www.jugetsudo.fr
Nicolas Alziari : 14 rue Saint-François-de-Paule, 06300 Nice. Tél. 04 93 62 94 03. Points de vente sur www.alziari.com
Oleya : e-shop et distributeurs sur www.evoleum.fr
Fernando Pensato : e-shop sur www.pensato.com
Prêt à pousser : boutique en ligne ou distributeurs sur www.pretapousser.fr
Réauté chocolat : boutique en ligne ou distributeurs sur www.reaute-chocolat.com
Riviera et bar : infos et points de vente au 03 88 18 66 18 et sur www.riviera-et-bar.fr

LA RECETTE D'AILLEURS p. 17

Le vin
Le Repaire de Bacchus : renseignements et points de vente au 0 800 92 20 20 et sur www.lerepairedebacchus.com
La vaisselle
Margot Lhomme : quelques pièces de cette céramiste dans la boutique À ma table (72 rue des Martyrs, 75009 Paris. Tél. 09 67 40 49 31)

RESTOS p. 18

L'Auberge des Templiers : Les Bézards, 45290 Boismorand. Tél. 02 38 31 80 01
Les Pêcheurs, Cap d'Antibes Beach Hôtel : 10, boulevard du Maréchal Juin, 06160 Cap-d'Antibes. Tél. 04 92 93 13 30.
Le Petit Belrose : boulevard des Crêtes, La Grande Bastide, 83580 Gassin. Tél. 04 94 45 97 88.
Le Relais des Moines : route de Sainte-Roseline D 91, 83460 Les Arcs-sur-Argens. Tél. 04 94 47 40 93.

LES COUPS DE CŒUR DE KARINE
2 vins basques p. 29

Domaine Bordatto : 64220 Jaxu. Tél. 05 59 49 18 22. www.domainebordatto.com
Domaine Bordaxuria : 64220 Ispoure. Tél. 05 59 37 96 49. www.domaine-bordaxuria.larraldea.com

À LA RENCONTRE DE… p. 30
Olivier Launay

Les Salines de Guérande : www.leguerandais.fr et Terre de Sel : Pradel 44350 Guérande. Réservation au 02 40 62 08 80. www.terredesel.com
À travers sa filiale Terre de sel dédiée au tourisme, la coopérative propose des visites thématiques du marais salant (le fonctionnement des marais salants, la formation du sel, le goût, la faune et la flore). Elles sont réalisées par des guides naturalistes ou par les paludiers.
Hôtel Barrière L'Hermitage : L'Eden Beach, 24, esplanade Lucien Barrière, 44500 La Baule-Escoublac. Tél : 02 40 11 46 46 (pour le bar en croûte de sel de Guérande, devenu une véritable spécialité locale).

DANS MON BAR le gin p. 32

Le Tiger : 13, rue Princesse à Paris. Tél. 01 84 05 81 74.

AIR DU TEMPS p. 42
La cuisine bienveillante

Anne-Sophie Pic : 285 avenue Victor Hugo, 26000 Valence. Tél. 04 75 44 15 32.
Itinéraires : 5 rue de Pontoise, 75005 Paris
Le Petit Nice : 17 rue des Braves, 13007 Marseille. Tél. 04 91 59 25 92.
Institut Michel Guérard : place de L'Impératrice, 40320 Eugénie-les-Bains. Tél. 05 58 05 06 41. www.institutmichelguerard.com

DANS LES VIGNES p. 48
Listrac et Moulis

Les domaines
Château Anthonic : route de Maliney, 33480 Moulis-en-Médoc. Tél. 05 56 58 34 60.
Château Charensot-Dupré : 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 03 02.
Château Cap Léon Veyrin : 54 route de Donissan, 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 07 28.
Château Chasse-Spleen : 32 chemin de la Raze, 33480 Moulis-en-Médoc. Tél. 05 56 58 02 37.
Château Clarke : 33480 Listrac. Tél. 05 56 58 38 00.
Château Fonréaud : 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 02 43.
Château Fourcas Borie : 12 rue Odilon Redon, 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 03 84.

●●●

Anciens numéros et service abonnement

Il vous manque un numéro de *Cuisine et Vins de France* ? Vous avez des questions concernant votre abonnement ? Retrouvez toutes ces informations sur **magazines.fr** Vous pouvez également nous envoyer un mail à leserviceclient@magazines.fr, ou nous téléphoner au 01 84 888 222 (du lundi au samedi de 8 h à 20 h) et, depuis l'étranger, au 00 33 1 84 888 222.



●●● **Château Fourcas Dupré :** 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 01 07.
Château Fourcas Hosten : 5 rue Odilon Redon, 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 01 15.
Château Haut Bellevue : 10 chemin des Calinottes, 33460 Lamarque. Tél. 06 80 71 94 49.
Château Maucaillou : 33480 Moulis-en-Médoc. Tél. 05 56 58 01 23.
Château Mauvesin Barton : 33480 Moulis-en-Médoc. Tél. 05 56 58 41 81.
Château Mayne Lalande : 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 27 63.
Château Moulin à Vent : 72 avenue du Médoc, 33480 Moulis-en-Médoc. Tél. 05 56 58 15 79.
Château Poujeaux : 33480 Moulis-en-Médoc. Tél. 05 56 58 02 96.
Château Pomeys : route de Pomeys, 33480 Moulis-en-Médoc. Tél. 05 57 88 57 57.
Château Saransot-Dupré : 4 Grande Rue, 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 03 02.
Grand Listrac – Cave coopérative : 21 avenue de Soulac, 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 03 19 et www.cave-listrac-medoc.com

Carnet de route
Boucherie Charcuterie Cyril Gassian : 6 rue de la Fontaine, 33480 Castenau-de -Médoc. Tél. 05 56 58 20 16.
Les Cinq Sens, Château Mayne Lalande : 33480 Listrac-Médoc. Tél. 05 56 58 27 63 et www.lescinqsens-bordeaux.com
La Gare gourmande : 3 route des Châteaux, 33460 Labarde. Tél. 05 56 35 92 38 et www.la-gare-gourmande.fr
Le Lion d'or : 11 route de Pauillac, 33460 Arcins. Tél. 05 56 58 96 79.

NR D S p. 55
Domaine de Berne : 83510 Lorgues. Tél. 04 94 60 43 60
Domaine Chanzy : 71150 Bouzeron. Tél : 03 85 87 23 69

C'EST DU GÂTEAU ! p. 64
Hotel Plaza Athénée : 25, avenue Montaigne, 75008 Paris. Tél. 01 53 67 66 65.
Boutiques en ligne pour matériel et produits nécessaires à la recette : www.alicedelice.com et www.scrapcooking.fr (colorant, glucose, pectine, poches à douilles), www.laboetgato.fr (moules demi-sphères), www.amjmat.com et www.bienmanger.com (purée de framboises), www.la-boutique-des-patissiers.fr (tapis de cuisson).

BEAUX MARIAGES avec un tavel p. 68
Domaine des Carabiniers : 4976 RN 580, 30150 Roquemaure. Tél. 04 66 82 62 94. www.carabiniers-vin-biologique.fr
Les Vignerons de Tavel : route de la Commanderie, 30136 Tavel. Tél. 04 66 50 03 57. www.cavedetavel.com
Domaine Moulin La Viguerie : 104 rue de la Combe, 30126 Tavel. Tél. 06 83 51 40 54.

DÉGUSTATION FOIRES AUX VINS p. 72
Les coups de cœur de la rédaction
Chateaunet : www.chateaunet.com
iDealwine : www.idealwine.com
Lavinia : www.lavinia.fr
Millésimes : www.millesimes.com
Le Repaire de Bacchus : www.lerepairedebacchus.com
Vente privée : www.vente-privee.com
Wineandco : www.wineandco.com

LE VIGNOBLE QUI MONTE Urfé p. 78
Domaine de Fontvial, Cave Stéphane Réal : 42560 Boisset-Saint-Priest. Tél. 06 67 48 04 63 et www.cavereal.fr
Odile Verdier et Jacky Logel : 42130 Marcilly le Châtel. Tél. 04 77 97 41 95. www.verdier-logel.com
Domaine des Pothiers : 42155 Villemontais. Tél. 04 77 63 15 84. www.domainedespothiers.com
Domaine Sérol : 42370 Renaison. Tél. 04 77 64 44 04. www.domaine-serol.com
Les Vins de la Madone : 42600 Champdieu. Tél. 04 77 97 07 33. www.vins-g-bonnefoy.com
Vincent Giraudon : 42370 Renaison. Tél. 06 84 38 40 02. www.vincent-giraudon.com

EN COULISSES Simon Horwitz chez *Elmer* p. 84
Elmer : 30, rue Notre-Dame-de-Nazareth, 75003 Paris. Tél. 01 43 56 22 95.
Domaine de Cantaussel : 34210 Siran. Tél. 04 68 91 46 86.

SUCCESS STORY Duos gagnants p. 88
Caroline et Sophie Rostang : Maison Rostang, 20, rue Rennequin, 75017 Paris. Tél. 01 47 63 40 77 ; Jarrasse, 4, avenue de Madrid, 92200 Neuilly-sur-Seine. Tél. 01 46 24 07 56. Autres adresses sur www.rostangperefilles.com
Hédène : boutique en ligne et points de vente sur hwww.hedene.fr
Ober Mamma : 107, rue Richard Lenoir 75011 Paris. Tél. 01 58 30 62 78 et **East Mamma :** 133, rue du Faubourg-Saint-Antoine, 75011 Paris. Tél. 01 43 41 32 15.
Pierre Hermé : boutique en ligne sur www.pierreherme.com et liste des points de vente au 01 43 54 47 77.
Sassy : www.maison-sassy.com
Yoom : 20, rue des Martyrs, 75009 Paris. Tél. 01 56 92 19 10 ; 59, rue des Dames, 75017 Paris. Tél. 01 44 56 91 45. En vente aux Galeries Lafayette, 40, bd Haussmann, 75009 Paris et à la Maison de la Chine, 76 rue Bonaparte, 75006 Paris. Tél. 01 40 51 95 17 et sur www.yoom.fr

BANC D'ESSAI le ketchup p. 96
Frog Révolution : 9 rue de la Bastille, 75004 Paris. www.frogpubs.com
Alain Milliat : www.alain-milliat.com
Olivier Chaput : www.olivierchaput.com et Show Devant : 38 rue Georges Lebigot 94800 Villejuif. www.showdevant.fr
Papa Sapiens : 7 rue Bayen, 75017 Paris. Tél. 01 58 57 82 81 et 32 rue de Bourgogne, 75007 Paris. Tél. 01 44 05 97 54. www.papasapiens.fr

QUÉSACO le rooibos p. 100
Cape and Cape : 19 rue Vineuse, 75116 Paris. Tél. 01 45 24 77 70 et www.capeandcape.com/fr

PÊLE-MÊLE p. 104
Chantilly Arts & Élégance : 60500 Chantilly. www.chantillyartsetelegance.com
La Ferme Saint-Simon : 6 rue de Saint-Simon, 75007 Paris. Tél. 01 45 48 35 74. www.fermestsimon.com









Je Déj Je Donne : Action contre la faim, Opération Je Déj. Je Donne, Autorisation n° 93244, 77009 Melun Cedex. Rens. sur www.jedej-jedonne.org
Maloka : 28 rue de la Tour d'Auvergne, 75009 Paris. Tél. 01 45 23 99 13.
Christophe Mignon : www.champagne-christophe-mignon.com
Non solo Cucina : 135 rue du Ranelagh, 75016 Paris. Tél. 01 45 27 99 93 et www.nosolo.fr
Salon du chocolat : porte de Versailles, Hall 5, 75015 Paris. www.salon-du-chocolat.com
Tous au restaurant : www.tousaurestaurant.com

LA RÉDACTION A TESTÉ POUR VOUS les woks p. 106
Beka : rens. au 03 88 85 89 01 et www.eco-beka.com et www.beka-cookware.com/fr
Demeyere, chez Zwilling Staub France SAS : 47 bis rue des Vinaigriers, 75010 Paris. Tél. 01 40 05 69 30. www.demeyere.be
Riviera & Bar : infos et points de vente au 03 88 18 66 18 et sur www.riviera-et-bar.fr
Staub : renseignements au 01 42 68 88 00 et sur www.staub.fr
Tefal : service consommateurs au 09 74 50 47 74 et www.tefal.fr

BALADE GOURMANDE Le Vaucluse p. 111
Bonnes tables
Gajuléa : 201, cours Louise Raymond, 84330 Le Barroux. Tél. 04 90 62 36 94. www.gajulea.fr
Le Jardin du quai : 91, avenue Julien Guigue, 84800 l'Isle-Sur-La-Sorgue. Tél. 04 90 20 14 98. www.jardin-du-quai.com
Le Phèbus : route de murs, 84220 Joucas. Tél. 04 90 05 78 83. www.lephebus.com
La Véranda : avenue Marcellin Poncet, 84560 Ménerbes. Tél. 04 90 72 33 33. www.café-veranda.com

Haltes de charme
La Bastide de Gordes et Restaurant Pèir : rue de la Combe. 84220 Gordes. Tél. 04 90 72 12 12 et www.bastide-de-gordes.com
Émilien et Émilie Bonnet : Les Cabanes, 84220 Lioux. Tél : 04 90 74 03 99. www.emilienetemilie.com
David Aurand et Fabien Lantin : Gaec l'Étable Montilienne, 350 chemin de Marignane, 84170 Monteux. Tél. : 06 15 39 21 28. www.bienvenue-a-la-ferme.com
Les Davids : route de Banon. 84750 Viens. Tél. 04 90 04 97 48. www.lesdavids.fr
Ficafruits, pom bio : Nicolas Berger, 1463 av. des Valayans, 84210 Althen-des-Paluds. Tél : 06 07 65 58 08. www.ficafruits.fr
Les Hameaux des Davids : tél. 06 45 02 73 91. www.lhdd.fr.
Hôtel du poète: Le village, 84800 Fontaine-de-Vaucluse, Tél. 04 90 20 34 05. www.hoteldupoete.com
Marché du Coustellet : www.marchepaysandecoustellet.com
Silvain Paysans nougatiers : 4 place Neuve et route de Venasque, 84210 Saint-Didier. Tél : 04 90 66 09 57 et www.nougats-silvain.fr





Trifle par-ci, trifle par-là

Votre recette de trifle aux fraises m'a bien plu, fraîche et jolie. J'en fais plusieurs versions assez semblables, mais je ne savais pas que c'étaient des trifles ! D'ailleurs, j'ai découvert que ce mot anglais signifie "bagatelle", c'est parfait pour un dessert. J'ai une recette très british : j'émiette des After Eight dans un verre, j'ajoute une boule de glace à la menthe, un trait de Get 27 et des copeaux de chocolat noir. L'italienne a aussi beaucoup de succès : je brise des amaretti dans un verre, je dispose une boule de glace au lait d'amande et je verse un trait d'amaretto. Spéculoos et glace à la crème brûlée avec une touche de chantilly au café… Je suis sûre que je vais encore en découvrir. Le tout, c'est de bien marier textures et saveurs. Pauline, Meudon

ROSÉ D'HIVER

Pendant mes vacances dans le Midi, j'ai acheté quelques bouteilles de côtes-de-provence rosé, millésime 2015. Dois-je le boire rapidement ou puis-je le garder et si oui, combien de temps ? Joseph, Lille

Le conseil de Karine : buvez votre côtes-de-Provence avant le printemps prochain, il n'y a pas d'intérêt à le garder, il perdrait sa jeunesse, ses arômes frais et sa belle couleur. Buvez-le en hiver, il mettra du soleil dans votre cuisine, mais évitez les plats au vin (bourguignon, daube) ainsi que les viandes rouges. Choisissez plutôt des volailles et des viandes blanches pour bien l'accompagner.

Photos Thierry Legay



Tout miel

J'ai beaucoup aimé votre article sur le miel. Je l'utilise souvent pour déglacer une viande, sucrer ma tisane ou mes yaourts. Peut-il remplacer totalement le sucre dans une recette de dessert ? *Jacqueline, Menton*

Vous avez été nombreux à nous réclamer des recettes élaborées avec du miel. Et oui, bien sûr, vous pouvez essayer d'utiliser le miel comme ingrédient de remplacement du sucre pour préparer des cakes, des madeleines, des cannelés… Ou essayez une crème caramel toute simple, testée et approuvée par la rédaction, avec du lait, des œufs et du miel, à faire cuire au bain-marie comme une crème caramel classique, dans un moule préalablement caramélisé. Et comme nous vous le conseillions dans notre dernier numéro, préférez toujours des miels indiquant leur provenance.

AVIS DE RECHERCHE

Nous avons reçu une adorable lettre en provenance de Bruxelles de la part de Nancy. Son adresse postale s'étant effacée, nous n'avons pu lui répondre. Nous espérons qu'elle se reconnaîtra et qu'elle ne nous en voudra pas !

Écrivez-nous à : **Cuisine et Vins de France,**
10, bd des Frères-Voisin, 92792 Issy-les-Moulineaux Cedex 9
par e-mail : **cvfredac@gmc.tm.fr** ou via notre site internet : **www.cuisineetvinsdefrance.com**

Cuisine et Vins DE FRANCE

10, bd des Frères-Voisin,
92792 Issy-les-Moulineaux Cedex 9.
Tél. 01 41 46 88 88.
Internet : **www.cuisineetvinsdefrance.com**
E-mail rédaction : **cvfredac@gmc.tm.fr**
E-mail abonnements : **leserviceclient@magazines.fr**
Pour joindre votre correspondant par e-mail : **initiale du prénom+nom+@gmc.tm.fr**

Rédactrice en chef : **Sophie Menut**
Direction artistique : **Francis Seguin**
Service cuisine : **Pascale Mosnier (chef de service)**
Service vins : **Karine Valentin (chef de service), Marie-Astrid Pascal**
Secrétaire générale de la rédaction : **Claudia Renzo**
Secrétariat de rédaction : **Élodie Fournier, Isabelle Yaouanc**
Maquette : **Sylvie Duval**
Assistante : **Carine Darmon**
Tél. 01 41 46 84 39

Direction et édition
Directeur général délégué du Groupe Marie Claire : **Jean-Paul Lubot**
assisté de **Martine Le Gal**

Administrateur et directrice commerciale France et international : **Véronique Depéry-Savarit**
Publicité : **Tél. 01 41 46 84 35**
Directrice commerciale adjointe : **Ghislaine Dichy**
Directrice de clientèle : **Candice Quantin**
Chef de publicité : **Agathe Le Couteulx**
Retenue d'espaces : **Rosine André**
Directrice marketing : **Émilie Brandely**
Service abonnements : **Anne-Laure Gras (directrice), Angéline Pastre, Isabel Rodulfo**
Marie-Claire Diffusion : **Jean-Luc Filegon (directeur de la diffusion France et export), David Belkowski (responsable produit)**
Chargée de communication : **Élisabeth Provost, Alice Charrier**
Tél. 01 41 46 87 72
GMC Creative : **Isabelle Hadida (directrice) Tél. 01 41 46 87 92, Claire Mabire (directrice de clientèle) Tél. 01 41 46 88 30**
Site Internet : **Tél. 01 41 46 83 98**
Amalric Poncet (directeur digital), Lê Thi Mai Allafort avec Fanny Pommier
GMC Connect : **Sabine Doutriaux (directrice), Steve Saleyron (directeur de publicité) Tél. 01 41 46 83 95**
Évènements et promotion : **Yvan Tran (directeur)**
Directeur copyright et diversification : **Thierry Lamarre, assisté de Yolande Boulanger Tél. 01 41 46 89 44**
S. Kaim, M. Poli Tél. 01 41 46 88 07
Boutique : **Laurence de Girardier, Béatrice Ferreira, Constance Louvet. Tél. 01 41 46 88 69**
Service Relations Abonnés :
Infos sur magazines.fr ou par courrier : Cuisine et Vins de France, 26 bis rue des Pommiers, CS 30075, 93501 Pantin ou par tél. au 01 84 888 222 ou par fax : 01 84 21 28 52
De l'étranger : (+33) 1 84 888 222
du lundi au samedi de 8 h à 20 h
Fabrication : **Benoît Carlier (directeur), Manuelle Guillambert, tél. 01 41 46 88 28 Océane Rey (assistante), tél. 01 41 46 88 06**
Photogravure : **Alliage/Groupe Amalthéa**
Imprimerie : **Roto France Impression**
Imprimé en France / Printed in France

Directeur de la publication : **Arnaud de Contades**

Cuisine et Vins de France est édité par marie claire Album S.A. Capital 4 347 640 €.
Siège : 10, bd des Frères-Voisin, 92792 Issy-les-Moulineaux Cedex 9. Tél. 01 41 46 88 88.

Durée 65 ans du 2.02.55.
N° 552 062 770 R.C.S. Nanterre
Principal action. : Holding Évelyne Prouvost. SA.
Président : Évelyne Prouvost-Berry.
Directeur général : Arnaud de Contades.
Dépôt légal : 3e trimestre 2016.
Commission paritaire : 0417 K 85024.
N° ISSN : 0337-8810. Distribué par Transports Presse.
Cuisine et Vins de France est adhérent à l'ARPP.
Les marques et adresses figurant dans ces pages sont libres de toute publicité. TVA : 2,10 %
Abonnement France : 16,90 € (1 an) au lieu de 22,20 €, 29,90 € (2 ans) au lieu de 44,40 €.
Pour l'étranger, consultez le site magazines.fr

Audience mesurée par AUDIPRESSE
ACPM OJD

À SAVOURER

DANS VOTRE PROCHAIN NUMÉRO

En kiosque dès le 13 octobre

Une semaine en cuisine



3 ingrédients maxi



Sébastien Bertin, *pâtissier au Saint-James*



La recette qui fait du bien





La recette d'ailleurs



Mon carnet futé

- ○ Les pâtes feuilletées au banc d'essai
- ○ Envie de chutneys
- ○ J'ai testé les mixeurs-plongeants
- ○ Quésaco le yuzu ?
- ○ 1 produit, 10 possibilités avec une boîte de maïs



Balade dans le Perche

Ne manquez pas ***notre hors-série vins*** en kiosque le 31 août
Une sélection des meilleures bouteilles et 12 portraits de vignerons


Cassegrain
Une autre idée du légume
SERVICEPLAN Suggestion de présentation.
“Ma sélection de Haricots Verts tout en finesse,
délicatement cueillis et rangés à la main.
Cette ligne parfaite, tout mon portrait !”
NOUVEAU
à découvrir
Cassegrain
Haricots Verts
Extra-fins
Cassegrain
Haricots Verts & Haricots Beurre
CHAUD ou FROID
Achetez en ligne sur www.cassegrain.com
POUR VOTRE SANTÉ, ÉVITEZ DE MANGER TROP GRAS, TROP SUCRÉ, TROP SALÉ. WWW.MANGERBOUGER.FR